

Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")



Наименование блюда: **Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")**

Технологическая карта (кулинарный рецепт)

Вид обработки: **Варка**

Вес блюда: грамм

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Рис	5	5
Пшено	Детский сад: Питание*	Детский сад: Питание*
Вода питьевая	12	12
Молоко	75	75
Масло сливочное	Детский сад: Питание*	Детский сад: Питание*
Сахар	3	3
Соль пищевая йодированная	Детский сад: Питание*	Детский сад: Питание*

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	3.16
Жиры, г	5.09
Углеводы, г	13.17
Калорийность, ккал	111.58
В1, мг	0.04
В2, мг	0.1
С, мг	0.45
Са, мг	91.9
Fe, мг	0.27

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	200	250
12 часов	200	250
24 часа	200	250

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Крупу перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду закладывают подготовленную пшеничную крупу и варят 10-15 минут, помешивая. Затем всыпают подготовленную рисовую крупу и варят 5-10 минут, потом добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, периодически помешивая, до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, и все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования:

Зерна полностью разварены. Консистенция каши нежная. Вкус и запах свойственные набору круп, без признаков подгорелой каши.

Каша пшенная

Наименование блюда: **Каша пшенная**
Технологическая карта (кулинарный рецепт)
Вид обработки: **Варка**
Вес блюда: грамм



Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Пшено	23	23
Вода питьевая	73	73
Сухая смесь «Нутринор»	9.5	9.5

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	6.11
Жиры, г	4.89
Углеводы, г	17.41
Калорийность, ккал	138.06
В1, мг	0.07
В2, мг	0.03
С, мг	9.03
Са, мг	19.16
Fe, мг	0.74

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	150	200
12 часов	150	200
24 часа	150	200

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Подготовленную крупу засыпают в кипящую воду. Сухую смесь «Нутринор» разводят до полного растворения в 40 мл теплой кипяченой воды (40 мл воды входят в общее количество воды по рецептуре). Кашу варят под крышкой на слабом огне, до готовности. За 7 минут до готовности вводят подготовленную сухую смесь «Нутринор». Время варки - 15-20 минут. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом. Требования к качеству Внешний вид: зерна крупы желтого цвета, частично разварившиеся Консистенция: вязкая Вкус: свойственный пшенной каше, молока, не имеет постороннего привкуса Запах: продуктов, входящих в состав блюда

Каша геркулесовая

Наименование блюда: **Каша геркулесовая**
Технологическая карта (кулинарный рецепт)
Вид обработки: **Варка**

Вес блюда: грамм



Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Геркулес	22	22
Молоко	23	23
Вода питьевая	60	60
Сухая смесь «Нутринор»	3.5	3.5

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	4.54
Жиры, г	4.84
Углеводы, г	15.19
Калорийность, ккал	122.58
В1, мг	0.08
В2, мг	0.05
С, мг	3.52
Са, мг	44.77
Fe, мг	0.82

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	150	200
12 часов	150	200
24 часа	150	200

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Подготовленную крупу засыпают в кипящую смесь молока с водой. Сухую смесь «Нутринор» разводят до полного растворения в 20 мл теплой кипяченой воды (20 мл воды входит в общее количество воды по рецептуре). Варят на медленном огне с закрытой крышкой до готовности, не допуская слипания хлопьев. За 3 минуты до готовности вводят подготовленную сухую смесь «Нутринор». Время варки - 8-10 минут. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом. Требования к качеству Внешний вид: хлопья «Геркулес» частично разварены, не разделяются между собой Консистенция: вязкая Цвет: кремовый Вкус: свойственный крупе и молоку, без постороннего привкуса Запах: продуктов входящих в состав блюда

Каша кукурузная молочная с маслом сливочным сливочным



Наименование блюда: **Каша кукурузная молочная с маслом сливочным**

Технологическая карта (кулинарный рецепт)

Вид обработки: **Варка**

Вес блюда: грамм

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Крупа кукурузная	10	10
Молоко	Детский сад: Питание*	Детский сад: Питание*
Сахар	2	2
Соль пищевая йодированная	Детский сад: Питание*	Детский сад: Питание*
Вода питьевая	Детский сад: Питание*	Детский сад: Питание*
Масло сливочное	2	2

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	6.11
Жиры, г	4.89
Углеводы, г	17.41
Калорийность, ккал	138.06
В1, мг	0.07
В2, мг	0.03
С, мг	9.03
Са, мг	19.16
Fe, мг	0.74

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	200	200
12 часов	200	200
24 часа	200	200

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Промытую подготовленную крупу засыпают в кипящую смесь молока с водой. Сухую смесь «Нутринор» разводят до полного растворения в 20 мл теплой кипяченой воды (20 мл воды входит в общее количество воды по рецептуре). Варят на медленном огне с закрытой крышкой до готовности, не допуская слипания. За 3 минуты до готовности вводят подготовленную сухую смесь «Нутринор», затем добавляют соль, сахар. Время варки - 15-20 минут. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом. Требования к качеству Внешний вид: зерна крупы желтого цвета, частично разварившиеся Консистенция: вязкая Вкус: свойственный кукурузной каше, молока, не имеет постороннего привкуса Запах: продуктов, входящих в состав блюда

Каша манная

Наименование блюда: **Каша манная**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №416

Вид обработки: **Варка**

Вес блюда: грамм

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Крупа манная	22	22
Молоко	23	23
Вода питьевая	60	60
Сухая смесь «Нутринор»	3.5	3.5

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	4.12
Жиры, г	3.78
Углеводы, г	16.86
Калорийность, ккал	118.06
В1, мг	0.03
В2, мг	0.05
С, мг	3.52
Са, мг	38.06
Fe, мг	0.29

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	150	200
12 часов	150	200
24 часа	150	200

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Подготовленную крупу постепенно при помешивании в одну сторону, засыпают в кипящую смесь молока с водой. Смесь сухую «Нутринор» разводят до полного растворения 20 мл теплой кипяченой водой (20 мл воды входят в общее количество воды по рецептуре). Кашу варят при медленном кипячении, постоянно помешивая. За 5 минут до готовности вводят подготовленную сухую смесь «Нутринор». Время варки - 15-20 минут. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом. Требования к качеству Внешний вид: крупа белого цвета, хорошо набухшая Консистенция: вязкая, однородная Вкус: свойственный каше с молоком, не имеет привкуса Запах: продуктов, входящих в состав блюда

Каша ячневая

Наименование блюда: **Каша ячневая**

Технологическая карта (кулинарный рецепт)

Вид обработки: **Варка**

Вес блюда: грамм

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Крупа ячневая	22	22
Молоко	Детский сад: Питание*	Детский сад: Питание*
Вода питьевая	56.5	56.5
Сухая смесь «Нутринор»	4.5	4.5

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	4.52
Жиры, г	4.1
Углеводы, г	15.99
Калорийность, ккал	118.71
В1, мг	0.05
В2, мг	0.05
С, мг	4.81
Са, мг	51.29
Fe, мг	0.47

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	150	200
12 часов	150	200
24 часа	150	200

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Подготовленную крупу засыпают в кипящую воду. Смесь сухую «Нутринор» разводят до полного растворения в 30 мл теплой кипяченой воды (30 мл воды входят в общее количество воды по рецептуре). Кашу варят при слабом кипении до загустения, добавляют горячее молоко, хорошо перемешивают и доводят до готовности на медленном огне. За 7 минут до готовности вводят подготовленную сухую смесь «Нутринор». Время варки 40-60 минут. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом. Требования к качеству Внешний вид: зерна полностью набухшие и хорошо разварены Консистенция: вязкая Вкус: свойственный каше с молоком, не имеет привкуса Запах: продуктов, входящих в состав блюда