

7 день

Комплексный обед

№ рецептуры	наименование блюда	масса, г	пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	витамины, мг			минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
71/2005	Суп-лапша домашняя с птицей	250/25	5,27	6,8	14,25	103,13		10		19,5	71,5	10	0,9
	Каша пшеничная	150	7,43	4,92	39,7	240,4	0,17	0,03		1,83	181,5	0,05	3,64
	Кефир	200	5,8	5	8	106,62	0,08	1,4	40	240	180	28	0,2
1035/2005	Чурек	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,067		10	12	28	8	0,5
847/2005	мафин	75	5,25	23,25	30	352,5							
	итого:		27,59	40,44	115,6	916,82							

Наименование и количество продуктов питания подлежащего выдаче на 1 чел.

МЕНЮ 7 день		мука	злаки	соль	куроч	мясо соль	пшеница	ябло	квас	масло								
I ЗАВТРАК	1) Суп-лапша с птицей 250/25	$\frac{0,023}{0,82}$	$\frac{0,156}{1,32}$	$\frac{0,0001}{0,002}$	$\frac{0,025}{0,75}$													
	2) Каша пшеничная 150 гр					$\frac{0,005}{33}$	$\frac{0,06}{7,11}$											
II ОБЕД	3) кефир 180 гр								$\frac{0,18}{16,2}$									
	4) суп 140 гр								$\frac{0,04}{7,0}$									
III ПОЛДНИК	5) масло												$\frac{1}{15}$					
IV УЖИН																		
того на 1 человека																		
того к выдаче																		
ска						630	4,1		884	90			1					
а сумму		0,82	1,32	0,002	0,75	8,3	4,4	1,0	16,2				15					

Принял повар

Врач (диетсестра)

Выдал кладовщик

Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда):

КАША РАССЫПЧАТАЯ

Номер рецептуры: 679

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 315

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	I порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
КРУПА гречневая	60,6	60,6	72,2	72,2	80,8	80,8
*** или ячневая	48,5	48,5	58,2	58,2	64,6	64,6
*** или пшеничная	58,2	58,2	51,8	51,8	77,6	77,6
*** или пшено					7	7
Масло сливочное	5,3	5,3	6,3	6,3		
ВЫХОД:	150		180		200/2	

Химический состав данного блюда

Блюдо	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
гречневая											
150	7,46	5,61	35,84	230,45	12,98	67,50	208,5	3,95	0,18	0,00	0,02
180	8,95	6,73	43,00	276,53	15,57	81,00	250,2	4,73	0,22	0,00	0,02
200	9,94	7,48	47,78	307,26	17,30	90,00	278,0	5,26	0,24	0,00	0,02
ячневая											
150	4,79	4,26	30,83	187,02	39,14	0,02	168,0	0,83	0,09	0,00	0,02
180	5,74	5,11	36,99	224,42	46,96	0,02	201,6	0,99	0,11	0,00	0,02
200	6,38	5,68	41,10	249,36	52,18	0,02	224,0	1,10	0,12	0,00	0,02
пшеничная											
150	6,60	4,38	35,27	213,71	1,22	0,03	162,0	2,43	0,11	0,00	0,02
180	7,92	5,26	42,32	256,45	1,46	0,04	194,4	2,92	0,13	0,00	0,02
200	8,80	5,84	47,02	284,94	1,62	0,04	216,0	3,24	0,14	0,00	0,02
пшеничная											
150	6,60	5,72	37,88	229,50	16,64	47,34	134,43	1,55	0,17	0,00	21,00
180	7,92	6,86	45,45	275,40	19,96	56,81	161,32	1,85	0,20	0,00	25,20
200	8,80	7,62	50,50	306,00	22,18	63,12	179,24	2,06	0,22	0,00	28,00

Технология приготовления:

Крупы засыпают в кипящую воду, добавляют соль и варят, периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите умеренным нагревом для упревания каши до готовности. При отпуске кашу поливают растопленным прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо разваренные, хорошо отделяются друг от друга
Консистенция: мягкая, рассыпчатая
Цвет: каши гречневой – от светло-коричневого до коричневого, ячневой – сероватый, пшеничной – желтовато-серый
Вкус: умеренно соленый
Запах: каши из данного вида крупы с маслом

