

**«Лучшая столовая сельской школы - 2024»
филиал МБОУ Избердеевской сош в с. Дубовое
Петровского муниципального округа Тамбовской области**



Приготовление поварами школьной столовой горячего завтрака



Меню

Школа филиал МБОУ Избердеевской сош в с. Дубовое

День

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
		С 7-11 лет	С 12 лет и старше	Б	Ж	У		В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
		Завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	180	230	10,3/13,1		15,3/19,6	32,9/42,1	318/407	0,06	0,02	0,07	0,03	0,22
	Чай с сахаром	200	200	0,02	0	9,1	36	0	0	0	0	0,26	2,0	0	0,4
	Пряник шоколадный	34	34	7	7	68	360	0,05	-	-	0,02	0,01	0,06	0,02	0,04

Технологическая карта №229

На: макаронные изделия с тертым сыром

№ рецептуры по сборнику: №333, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия в/с	52,5	52,5	67,1	67,1
Масса отварных макарон		150,0		191,7
Сыр	20,0	18,0	25,5	23,0
Масло сливочное	12,0	12,0	15,3	15,3
Выход		180		230

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-25 мин, вермишель 10-12.

В процессе варки изделия набухают, увеличиваются примерно в 3 раза. Сваренные изделия откидывают на дуршлаг и поливают растопленным сливочным маслом (доведенным до кипения) и посыпают тертым сыром.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: отварные макаронные изделия легко отделяются друг от друга и сохраняют свою форму, посыпаны тертым сыром, заправлены маслом

Консистенция: мягкая, но упругая

Цвет: от белого до светло-кремового

Вкус и запах: вареных макаронных изделий, без запаха затхлости

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 11 лет	10,3	15,3	32,9	318	180
12 лет и старше	13,1	19,6	42,1	407	230

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы ,г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 11 лет	190,42	17,46	0,91	0,07	0,09	0,13
12 лет и старше	243,31	22,31	1,16	0,09	0,12	0,16

Технологическая карта №300

На: чай с сахаром

№ рецептуры по сборнику: №685, сб. шк.2004г

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию	
	от 7 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай	1,0	1,0
Вода	190,0	190,0
Сахар-песок	10,0	10,0
Выход		200

Технология приготовления

Чай заваривают в чайниках. Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай, заливают кипятком примерно 1/3 объема и настаивают 5-10 мин, накрыв салфеткой, после чего доливают кипятком.

При отпуске в стаканы или бокалы насыпают сахар и заливают чаем.

Отпускают горячим 60-70°C.

Требования к качеству

Внешний вид: стакан с жидкостью золотисто-коричневого цвета

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус и запах: чуть терпкий, сладкий, свойственный чаю.

Пищевая ценность изделия(блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
От 7 до 18 лет	0,2	0,0	9,1	36	200

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, г			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
От 7 до 18 лет	0,26	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00









Завтрак готов!

