

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Оредежская средняя общеобразовательная школа
им. Героя Советского Союза А.И. Семенова»



Приготовление школьного завтрака

Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным



Рецептура

Технологическая карта №190

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. – СПб.: Речь, 2008-800с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа рисовая	10	10	1	1
Пшено	10	10	1	1
Вода питьевая	24	24	2,4	2,4
Молоко пастер. 2,5% жирности	150	150	15	15
Масло сладко-сливочное несоленое	6	6	0,6	0,6
Сахар песок	3	3	0,3	0,3
Соль йодированная	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход : 200				

Технология приготовления

1. Рис перебирают, промывают сначала холодной, потом теплой водой.



2. Пшено перебирают, промывают сначала холодной, потом теплой водой. Обдают кипятком, чтобы ушла горечь.



3. В кипящую воду закладывают подготовленную пшеничную крупу и варят 10-15 минут, помешивая. Затем высыпают подготовленную рисовую крупу и варят 5-10 минут.



Технология приготовления

4. Добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, периодически помешивая, до готовности



5. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло и все тщательно перемешивают.



Правила оформления, подачи блюда

Оптимальная температура блюда - 65° С

Срок реализации: не более 1 часа с момента приготовления



Показатели качества

Внешний вид - зёрна полностью разварены

Цвет, вкус, запах – свойственны набору круп, без признаков подгорелой каши

Консистенция – нежная



Пищевая ценность

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки, г	6,72
Жиры, г	9,18
Углеводы, г	25,32
Энергетическая ценность, ккал	213,88

В1, мг	0,08
С, мг	0,78
А, мг	0,04
Е, мг	0,44
Е, мг	0,09
Д, мг	0,17
В2, мг	0,06

Са, мг	159,44
Mg, мг	29,09
P, мг	143,72
Fe, мг	0,50
К, мг	251,21
I, мг	14,09
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

Приятного аппетита !

