

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 30 пос. Эльбан

И.В. Арина

« 02 » сентября 2023 год

*М*  
*увед. № 196-0*

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №190

Наименование блюда: *Омлет с кашей пшениной*

Возрастная категория: *от 3 до 7 лет*

Номер рецептуры: *190*

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, и детских оздоровительных учреждений.\*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо	1/2	80
Молоко сухое	29	150
Вода	54,1	150
Пшено	23,2	150
Масло сливочное	4,8	150
Выход	150	

Химический состав данного блюда:

Химический состав, г			Энергет. ценность ккал	Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
Белки	Жиры	Углеводы		В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	С	Ca	Fe
15,7	22,7	18,60	341,7	0,10	0,49	0,22	66,9	1,72

**Технология приготовления:** Рассыпчатую рисовую или пшеничную кашу, смешивают с омлетной массой, приготовленной из яиц (предварительно обработанных в соответствии с санитарными правилами), молока и соли. Массу выливают на смазанный маслом разогретый противень слоем 2,5-3,0 см. и выпекают в жарочном шкафу при Т 180-200 С 8-10 минут. Рис рассыпчатый готовят способом припускания. После поглощения воды с поверхности риса, кастрюлю ставят на водяную баню и упаривают при закрытой крышке. При расчете воды следует учесть, что при промывании риса или пшена в крупе остается вода 15 % от массы крупы. Пшено перед использованием следует хорошо промыть дважды ошпарить для удаления горечи. Яйцо необходимо разбить в отдельную посуду по 2-3 шт. и соединять с общей массой. Омлет при отпуске нарезают на порции, поливают растопленным маслом. Температура подачи 65 С. Омлет можно варить в пароварочном аппарате.

**Требования к качеству:** Консистенция омлета нежная с крупинками каши равномерно расположенными. Крупа мягкая. Цвет поверхности – бледно – золотистый, на разрезе белый с кремовым оттенком. Вкус и запах свойственный входящим в рецептуру продуктам.

СОГЛАСОВАННО:

Медсестра *Лескова В. А.* Лескова В. А.

« 02 » *сентября* 20*23* год

\* Технологические карты блюд.

Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных организаций, и детских оздоровительных учреждений.

Пермь 2011

Разработан ГОУ ВПО «Пермская академия» им. Вагнера Ректор профессор И.П. Корюкина

Разработано ЗАО «Уральский региональный центр питания» генеральный директор профессор А.Я.Перевалов