

МКОУ СОШ п.Рудничный

Приготовление горячего завтрака



Ранним утром на пищеблоке школы



Пока дети еще спят, повара уже трудятся...



Запеканка из творога – это завтрак, который наши дети едят с удовольствием!

Что для этого нужно?

Творог, манная крупа, сахар-песок, сметана, сухари панировочные, яйцо куриное, масло сливочное, соль поваренная йодированная, ванилин, вода... и, конечно, золотые руки наших поваров!

Здоровое питание школьника



Залог успеха в учебе

Очень аппетитно!!!



Творог - один из наиболее ценных молочных продуктов. В нем содержится кальций, белки, жир, калий, молочный сахар.



А еще мы любим салаты из свежих овощей



Компот... И это вкусно!!!



Приятного аппетита!





УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ СОШ п.Рудничный
Мишихина Е.И.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Запеканка из творога

Номер рецептуры: 54-1г

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1—4-х классов в общеобразовательных организациях: Пособие.—М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.— 275 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Творог	139,5	139,5	13,95	13,95
Крупа манная	9,7	9,7	0,97	0,97
Сахар-песок	9,0	9,0	0,9	0,9
Сметана	5,2	5,2	0,52	0,52
Сухари панировочные	5,2	5,2	0,52	0,52
Яйцо куриное	4,4	4,0	0,44	0,4
Масло сливочное	5,2	5,2	0,52	0,52
Соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0,04	0,04
Ванилин	0,01	0,01	0,001	0,001
Вода	36	36	3,6	3,6
Выход:		150		15

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	29,7	Ca (мг):	224
Жиры (г):	10,7	Mg (мг):	32
Углеводы (г):	21,7	Fe (мг):	0,86
Эн. ценность (ккал):	301,2	C (мг):	0,29

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Способ термической обработки: запекание.

Технология приготовления:

Творог перетирают.

В горячей воде растворяют ванилин и всыпают манную крупу, помешивая, проваривают 10 минут, охлаждают.

Протертый творог смешивают с заваренной и охлажденной вязкой манной кашей.

Добавляют сырые яйца, сахар, соль. Подготовленную массу выкладывают в смазанный сливочным маслом и посыпанный панировочными сухарями противень слоем 3–4 см.

Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250⁰С до образования корочки, затем при температуре 180–200⁰С доводят до готовности (суммарно не менее 15 минут). Готовность блюда определяют по уплотнению структуры – запеканка легко отделяется от стенок противня.

Перед отпуском запеканку нарезают на порции.

Температура подачи: не менее 65⁰С

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – поверхность ровная, без трещин; консистенция – упругая; поверхность – ровная; цвет – белый на разрезе; вкус и запах – творожный с ванилином.

Спасибо, милый повар наш
За вкус твоих салатов, каш
И за отменные котлеты,
За запеканки, винегреты!
А как вкусны твои борщи!
В других местах и не ищи!
В восторге мы от макарон,
Из нас здесь каждый в них
влюблен.
А на десерт компоты пьём,
Вот так мы здорово живём!

