

Технологическая карта № **TK234C**

Номер рецептуры: **TK234C**

Наименование блюда : **25-Омлет с овощами**

Наименование сырья	Норма закладки на одну порцию, в гр.							
	Ясли		Детсад					
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Яйцо куриное	1+3/10 шт	52	1+1/2 шт	60				
Молоко 2,5 %	21	21	25	25				
Морковь	28	22.4	35	28				
Лук репчатый	8	6.72	10	8.4				
Капуста белокочанная	25	20	30	24				
Масло сливочное	1.1	1.1	1.1	1				
Масло растительное	1.1	1.1	1.5	1.5				
Соль йодированная	0.5	0.5	0.8	0.8				
В ы х о д	110		130					

Технология приготовления:

Мелко шинкованную белокочанную капусту припускают с морковью, луком и молоком до готовности, выкладывают на смазанный маслом противень, заливают омлетной смесью, запекают в жарочном шкафу в течении 10-15 минут.

Требования к качеству:

Показатели качества и безопасности.

Внешний вид: поверхность зарумянина, без подгорелых мест.

Консистенция: мягкая, сочная, пышная.

Цвет: свойственный продуктам, входящим в состав блюда.

Вкус: запеченных яиц и овощей.

Запах: запеченных яиц и овощей

Пищевая и энергетическая ценность блюда:

Категория	Выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
Ясли	110	7.9	8.44	4.36	124.96	64.04	1.55	0.06	0.28	2.07
Детсад	130	9.18	9.79	5.31	146.1	76.35	1.81	0.07	0.32	2.57

Источники, используемые при составлении:

Детский сад № 378 г. Челябинск, технолог Старцева О.Ю.

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ "ДС 48 г. Челябинска"

О. А. Бура