

3 день

Комплексный обед

№ рецептуры	наименование блюд	масса, г	пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	витамины, мг				минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У			В1	А	С	Ca	Р	Mg	Fe	
261/2002	Суп-хинкал с говядиной	250/25/50	4,67 14,23	5,86 1,91	5,9 0,28	99,09 75	0,05	0,04	0,01	0,86 0,28	8,96 6,56	78,64 116,5	11,72 15,13	2,37 1,18	
355/2005	Рис отварной	150	3,6	5,85	28,35	180	0,045	0,045	0,113	1,755	89	27,98	0,765		
1035/2005	Чурек	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,067		10	12	28	8	0,5		
	сок промышленного производства	200	1	0,03	24	94									
	итога:		26,54	14,29	80,48	578,26									

МЕНЮ	Наименование и количество продуктов питания подлежащего закладке на 1 чел.																				
	овсы	мука	яйца	соль	т.м. жир	масло рап.	чесн.	масл	масл слив.	сок	либ										
3 день																					
1) суп мясной с ов. 250/25/50гр.	0,1095 38,33	0,031 1,09	0,035 0,21	0,001 0,02	0,005 0,75	0,0015 0,21	0,002 0,8														
2) пюре отв. 150гр.								0,054 4,05	0,0045 2,84												
3) сок 200гр										0,2 15											
4) пюре 140гр											0,04 7,0										
о на 1 человека																					
о к выдаче																					
умму	38,33	1,09	0,21	0,02	0,75	0,21	0,8	4,05	2,84	15	1,0										64,3

инял повар

Врач (диетсестра)

Выдал кладовщик

Рис отварной №355 (2)Наименование блюда: **Рис отварной**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №355 (2)

Вид обработки: **Варка**Диеты: **Диета 3, Диета 4в, Диета 5, Диета 6, Диета 7, Диета 8, Диета 9, Диета 10, Диета 11, Диета 15**Вес блюда: грамм *Рецептура (раскладка продуктов) на 150 грамм нетто блюда:*

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Крупа рисовая</u>	54	54
<u>Масло сливочное</u>	4.5	4.5
<u>Соль поваренная пищевая</u>	0.375	0.375

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с СанПиН	Содержание питательных веществ на 150грамм блюда
Белки, г	3.6
Жиры, г	3.75
Углеводы, г	28.95
Калорийность, ккал	163.5

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей и подростков за 1 прием пищи (грамм):

Тип довольствующихся	Выход блюда, грамм
Дети от 3 до 7 лет	180
Дети от 7 до 11 лет	200
Дети от 11 до 18 лет	230

Технологическая карта приготовления блюда в интернате:

Технология приготовления
<p>Крупу рисовую перебирают, промывают сначала в холодной, затем в горячей воде. Подготовленный рис засыпают в кипящую воду (6 л воды на 1 кг крупы рисовой) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют маслом сливочным прокипяченным, солью поваренной йодированной, перемешивают и прогревают.</p> <p>Температура подачи: не менее 65°C.</p> <p>Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.</p> <p>Для диет 7, 8, 10 рис отварной готовят без соли поваренной.</p>