

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 120301

Вариант 3 Собственное производство " Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Омлет с сыром запеченный**

Номер рецептуры: № 120301

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. В. Р. Кучмы, Москва 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Яйцо	105	105	10,5	10,5
Молоко	37,5	37,5	0,375	0,375
Сыр полутвердый	10,35	10,35	1,035	1,035
Соль	0,45	0,45	0,045	0,045
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
<b>Выход:</b>		<b>150</b>		<b>1,5</b>

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	11,30
Жиры (г):	14,22
Углеводы (г):	1,70
Энергетическая ценность (ккал):	179,91

Ca (мг):	36,31
Mg (мг):	21,72
Fe (мг):	0,78
C (мг): ±	8,41
B1 (мг):	0,10
B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Подготовленный сыр натирают на крупной терке. К подготовленному яйцу добавляют молоко, соль и аккуратно перемешивают (не взбивая). Масло сливочное растапливают и доводят до кипения. Приготовленную смесь выливают в емкость, смазанную маслом сливочным, слоем не более 2,5-3 см запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200°C в течение 8-10 минут или в пароконвектомате в режиме "жар" при температуре 155-160°C в течение 20-30 минут, затем посыпают тертым сыром и запекают до готовности.

Для буфет раздаточных: Готовый омлет раскладывают в изотермическую тару и доставляют на пищеблок, работающий по типу буфет-раздаточной, где порционируют непосредственно перед раздачей. На пищеблоке, работающем по типу буфет-раздаточной осуществляют только поддержание температуры подачи, без повторного разогрева.

Температура подачи: не ниже 65°C

Срок реализации: не более 2х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 120301

Вариант 3 Собственное производство " Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Омлет с сыром запеченный**

Номер рецептуры: № 120301

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. В. Р. Кучмы, Москва 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Яйцо	126	126	12,6	12,6
Молоко	45	45	4,5	4,5
Сыр полутвердый	12,42	12,42	1,242	1,242
Соль	0,54	0,54	0,054	0,054
Масло сливочное	7,2	7,2	0,72	0,72
<b>Выход:</b>		<b>180</b>		<b>18</b>

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	11,30
Жиры (г):	14,22
Углеводы (г):	1,70
Энергетическая ценность (ккал):	179,91

Ca (мг):	36,31
Mg (мг):	21,72
Fe (мг):	0,78
C (мг):	8,41
B1 (мг):	0,10
B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Подготовленный сыр натирают на крупной терке. К подготовленному яйцу добавляют молоко, соль и аккуратно перемешивают (не взбивая). Масло сливочное растапливают и доводят до кипения. Приготовленную смесь выливают в емкость, смазанную маслом сливочным, слоем не более 2,5-3 см запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200°C в течение 8-10 минут или в пароконвектомате в режиме "жар" при температуре 155-160°C в течение 20-30 минут, затем посыпают тертым сыром и запекают до готовности.

Для буфет раздаточных: Готовый омлет раскладывают в изотермическую тару и доставляют на пищеблок, работающий по типу буфет-раздаточной, где порционируют непосредственно перед раздачей. На пищеблоке, работающем по типу буфет-раздаточной осуществляют только поддержание температуры подачи, без повторного разогрева.

Температура подачи: не ниже 65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблок, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

