

Каша манная вязкая №309



Наименование блюда: Каша манная вязкая

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №309

Вид обработки: Варка

Вес блюда: грамм

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Крупа манная</u>	22.2	22.2
<u>Вода</u>	<u>Питание*</u>	<u>Питание*</u>
<u>или Молоко</u>	<u>Питание*</u>	<u>Питание*</u>

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

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда	Потери питательных веществ продуктов при обработке, %
Белки, г	2.27	1
Жиры, г	0.22	1
Углеводы, г	0.07	2
Калорийность, ккал	72.09	1
B1, мг	0.023	26
B2, мг	0.0071	20
C, мг	0	0
Ca, мг	4.3956	1
Fe, мг	0.2198	1

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

Тип довольствующихся / Количество часов содержания детей в ДОУ	8-10 часов	12 часов	24 часа
Дети 1-3 лет	200	200	200
Дети 3-7 лет	250	250	250
Учащиеся 7-10 лет	200		
Учащиеся 11-18 лет	250		
Взрослые	250		

Технологическая карта приготовления блюда в столовой (кафе), организации питания:

Технология приготовления

Кашу варят на воде, на молоке или на смеси молока и воды. В готовой вязкой каше крупы должны быть полностью набухшими и хорошо разваренными.

Вязкая каша представляет собой густую массу. При температуре 60-70 °С она держится на тарелке горкой, не расплываясь. Из 1 кг крупы получается от 4 до 5 кг готовой каши.