

Макароны запеченные с яйцом №23



Наименование блюда: **Макароны запеченные с яйцом**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №23

Вид обработки: **Запечение**

Вес блюда: грамм

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Макароны отварные №19	-	72.73
Яйца	Питание*	Питание*
Молоко	18.18	18.18
Маргарин	3.5	3.5
~ Масса полуфабриката	-	107.27
~ Масса запеченных макарон	-	98.18

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	4.69	2
Жиры, г	4.95	2
Углеводы, г	1.21	19
Калорийность, ккал	125.58	11
B1, мг	0.0381	36
B2, мг	0.0676	28
C, мг	0.2363	0
Ca, мг	14.5728	65
Fe, мг	4.0924	7

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		
	8-10 часов	12 часов	24 часа	8-10 часов	12 часов	24 часа	8-10 часов	12 часов	24 часа
Дети 1-3 лет	150	150	150	150	150	150	150	150	150
Дети 3-7 лет	180	180	180	180	180	180	180	180	180
Учащиеся 7-10 лет	200			200			200		

Учащиеся 11-18 лет	230
Взрослые	230

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

Технология приготовления
Сырые яйца смешивают с холодным молоком и солят. Этой смесью заливают вареные, заправленные жиром макароны (рец. № 20.2), кладут на сковороду или противень, смазанные жиром, и запекают 10 мин. При отпуске поливают жиром.