

Источник рецептуры Картотека блюд лечебного и рационального питания в учреждениях системы здравоохранения, I том, М.А. Самсонов, Екатеринбург, 1995

K6.41

Технологическая карта № 465,7

Наименование блюда (изделия): Каша пшеничная молочная вязкая с маслом

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на порций
крупа пшеничная	31,8 (г)	31,8	0,0318	
Молоко питьевое пастеризованное, фасованное	60 (г)	60	0,06	
Сахар-песок	3 (г)	3	0,003	
Соль йодированная	0,3 (г)	0,3	0,0003	
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	3 (г)	3	0,003	
*Вода	41	41	0,041	
Выход готового блюда	-	133(130/3)		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Крупу перебирают, промывают водой, засыпают в кипящую воду, варят не более 10 мин, после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко, соль, сахар, перемешивают и варят до готовности. При отпуске поливают растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом. Температура при подаче должна быть не ниже 65 °С. Срок реализации – 2 ч с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – зерна крупы полностью разварившиеся и утратившие свою форму.

Цвет – от желтого до кремового.

Консистенция – вязкая.

Вкус и запах – каши из данного вида крупы, в меру соленый, без признаков затхлости и горечи.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	174,33	Витамин D (мкг)	0,07	Цинк (мг)	
Белки (г)	5,26	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	4,48	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	27,25	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	
Витамин С (мг)	0,78	Кальций (мг)	73,91	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	54,9	Витамин А (мкг)	26,7
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	
Витамин В1 (мг)	0,02	Магний (мг)	8,47	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,09	Калий (мг)	89	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	0,63
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	12
Витамин Е (мг)	0,03	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	0,08	В-каротин (мкг)	

Зав. производством Зав. производством

Технолог Технолог