П’ятниця 1 тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ст. 176****«Питание детей в детском саду»,** **Н.Г. Кожевникова** **Видання 1961 р** |  | **ЗАТВЕРДЖУЮ** **Завідувач КЗ «ДНЗ № \_\_\_ »** **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_****«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ р.** |

Технологічна карта

**Шарлотка з рису та овочів**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Алергени** | **Назва продуктів та сировини** | **Витрати продуктів та сировини на одну порцію (г)** | **Хімічний склад продуктів (г)** | **Енергетична цінність****(ккал)** | **Технологічні вимоги до якості продуктів та сировини** |
| **Маса брутто** | **Маса нетто** | **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** |
| **Вікові групи (роки)** |
| 1-3 | 3-4 | 4-6 (7) | 1-3 | 3-4 | 4-6 (7) | 1-3 | 3-4 | 4-6 (7) | 1-3 | 3-4 | 4-6 (7) | 1-3 | 3-4 | 4-6 (7) | 1-3 | 3-4 | 4-6 (7) |
| **ЗП** | Крупа рисова | 30 | 30 | 37 | 30 | 30 | 37 | 2,10 | 2,10 | 2,59 | 0,3 | 0,3 | 0,37 | 21,54 | 21,54 | 26,57 | 99,0 | 99,0 | 122,1 | Білого кольору, смак і запах властивий нормальній рисовій крупі, без сторонніх присмаків і запахів. |
| **МП****Л** | Молоко 2,5% | 60 | 60 | 73,5 | 60 | 60 | 73,5 | 1,69 | 1,69 | 2,07 | 1,5 | 1,5 | 1,84 | 2,84 | 2,84 | 3,48 | 31,2 | 31,2 | 38,22 | Однорідна рідина без осаду; колір білий зі злегка жовтуватим відтінком; смак і запах, властиві свіжому молоку. |
|  | Маса вареного рису: |  |  |  | 80 | 80 | 100 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Я** | Яйце куряче | 1/6 | 1/6 | 1/5 | 6,66 | 6,66 | 8 | 0,85 | 0,85 | 1,02 | 0,77 | 0,77 | 0,92 | 0,05 | 0,05 | 0,06 | 10,46 | 10,46 | 12,56 | Свіжі, столові, шкаралупа чиста, міцна, цілісна. |
|  | Капуста цвітна | 23 | 23 | 29 | 12 | 12 | 15 | 0,3 | 0,3 | 0,38 | 0,04 | 0,04 | 0,05 | 0,65 | 0,65 | 0,81 | 3,6 | 3,6 | 4,5 | Головки щільні, білі або злегка кремові, свіжі, чисті, без захворювань, цілі, з горбкуватою поверхнею, без пророслого внутрішнього листя, без пошкоджень шкідниками і механічних пошкоджень. |
|  | Капуста білокачанна | 15 | 15 | 19 | 12 | 12 | 15 | 0,22 | 0,22 | 0,27 | 0,01 | 0,01 | 0,02 | 0,68 | 0,68 | 0,86 | 3,24 | 3,24 | 4,05 | Качани свіжі, цілі, здорові, чисті, цілком сформувалися, непророслі, без пошкоджень сільськогосподарськими шкідниками. |
|  | Олія | 4 | 4 | 4,5 | 4 | 4 | 4,5 | 0 | 0 | 0 | 4,0 | 4,0 | 4,5 | 0 | 0 | 0 | 35,96 | 35,96 | 40,46 | Золотисто-жовтого кольору, без стороннього запаху, присмаку і гіркоти. |
|  | Кабачки свіжі | 20 | 20 | 24,5 | 18 | 18 | 22 | 0,11 | 0,11 | 0,13 | 0,05 | 0,05 | 0,07 | 0,94 | 0,94 | 1,14 | 4,14 | 4,14 | 5,06 | Плоди молоді, чисті, цілі, свіжі, здорові, з не огрубілою шкіркою, м’якоть соковита, щільна, без пустот, з молодим недорозвиненим насінням. |
|  | Моркваз 01.09 до31.12-20%з 01.01до31.08-25% | 21,622,5 | 21,622,5 | 26,427,5 | 18 | 18 | 22 | 0,23 | 0,23 | 0,29 | 0,02 | 0,02 | 0,02 | 1,51 | 1,51 | 1,85 | 6,12 | 6,12 | 7,48 | Коренеплоди свіжі, цілі, здорові, чисті, без тріщин, нев'янучі, без пошкоджень сільськогосподарськими шкідниками. |
|  | Зелень петрушки | 3,5 | 3,5 | 4 | 2,5 | 2,5 | 3 | 0,03 | 0,03 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 0,11 | 0,11 | 0,13 | 0,48 | 0,48 | 0,57 | Листя свіже, чисте, не загрубіле, з яскравим забарвленням, без квіткового стебла. |
|  | Сіль йодована | 0,35 | 0,35 | 0,45 | 0,35 | 0,35 | 0,45 | — | — | — | — | — | — | — | — | — | — | — | — | Солона, без сторонніх присмаків і ароматів; сипуча без грудочок; біла з блиском; слабкий запах йоду; розчинність у рідині повна. |
|  | **ВИХІД** |  |  |  | **120** | **120** | **147** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **з капустою цвітною** |  |  |  |  |  |  | **5,31** | **5,31** | **6,52** | **6,68** | **6,68** | **7,77** | **27,64** | **27,64** | **34,04** | **190,96** | **190,96** | **230,95** |  |
|  | **з капустою білокачанною** |  |  |  |  |  |  | **5,23** | **5,23** | **6,41** | **6,65** | **6,65** | **7,74** | **27,67** | **27,67** | **34,09** | **190,6** | **190,6** | **230,5** |  |

**Технологія приготування**

 Підготовлену капусту шаткують та припускають у невеликій кількості води. Підготовлену моркву і кабачки нарізають дрібними кубиками та тушкують окремо (10–15 хв). До готових овочів додають нарізану зелень петрушки та все перемішують. Рис промивають і відварюють до готовності у молоці (20–25 хв). Підготовлені яйця збивають і додають до рису ретельно перемішуючи. На змащений вершковим маслом лист викладають шарами рис, овочі і знову рис. Запікають у духовій шафі за температури 220–240 °С до готовності (20-30 хв).

Готову страву охолоджують до температури 70ºС та нарізають на порції у вигляді прямокутників, трикутників, ромбів.

Подають на мілкій закусочній тарілці при температурі 60-65 ⁰С.

**Характеристика готової страви**

**Зовнішній вигляд** – шарлотка нарізана на порції з рівним краями.

**Колір** – світло – жовтий.

**Смак і запах** – у міру солоний зі смаком тушкованої капусти з овочами.

**Консистенція** – м’яка, пружна.

**Основні фізичні показники**

Маса страви: 120 г ± 3 %

 147г ± 3 %

**СКЛАВ: сестра медична старша \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 (підпис) (ім’я, прізвище)