

МКОУ «СОШ №1 Г. НИЖНЕУДИНСК»

СЕКРЕТЫ ЗДОРОВОГО
ШКОЛЬНОГО
ПИТАНИЯ

ШКОЛЬНЫЙ ЗАВТРАК - 2024



«ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ»

1



2



3



4



Утверждаю
А. О. Головина
Директор

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта № 279
 Наименование изделия: **Запеканка из творога**
 Наименование сборника рецептов: Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений. Перевалов А.Я., Пермь, 2021 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Творог 5,0 %	140	138
Сахар-песок	9	9
Крупа манная	9	9
Яйцо куриная	7	6
Сметана 15%	4,5	4,5
Сухари панировочные	6	6
Масло сливочное	4,5	4,5
Масло растительное для смазки	3	3
Соль йодированная	0,3	0,3
Ванилин	0,009	0,009
Масса полуфабриката	-	177
Выход:	-	150

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Творог 5,0 %	186	184
Сахар-песок	12	12
Крупа манная	12	12
Яйцо куриная	9,2	8
Сметана 15%	6	6
Сухари панировочные	8	8
Масло сливочное	6	6
Масло растительное для смазки	4	4
Соль йодированная	0,3	0,3
Ванилин	0,009	0,009
Масса полуфабриката	-	236
Выход:	-	200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
10,18	9,8	14,6	254
11,3	10,2	24,5	317

Технология приготовления: в горячей воде растворяют ванилин и всыпают манную крупу, помешивая, проваривают 10 минут. Протертый творог смешивают с мукой или заваренной и охлажденной манной вязкой кашей. Добавляют сырые яйца, сахар, йодированную соль. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см в смазанный сливочным маслом противень. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 250°С до образования корочки, затем выдерживают в камере с температурой 180-200°С до готовности 15 мин. Готовность определяют по уплотнению структуры – запеканка отделяется от стенок противня. Если творог сухой, в творожную массу добавляют молоко из расчета 20 мл на выход, увеличив, соответственно выход или уменьшив закладку творога. Запеканку отпускают с вареньем, сладким молочным или фруктовым соусом.

Температура подачи: 65°С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Требования к качеству: поверхность ровная, без трещин, цвет золотистый, равномерный, на разрезе запеканка белая, вкус сладковатый, с запахом входящих продуктов и ванилина.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

