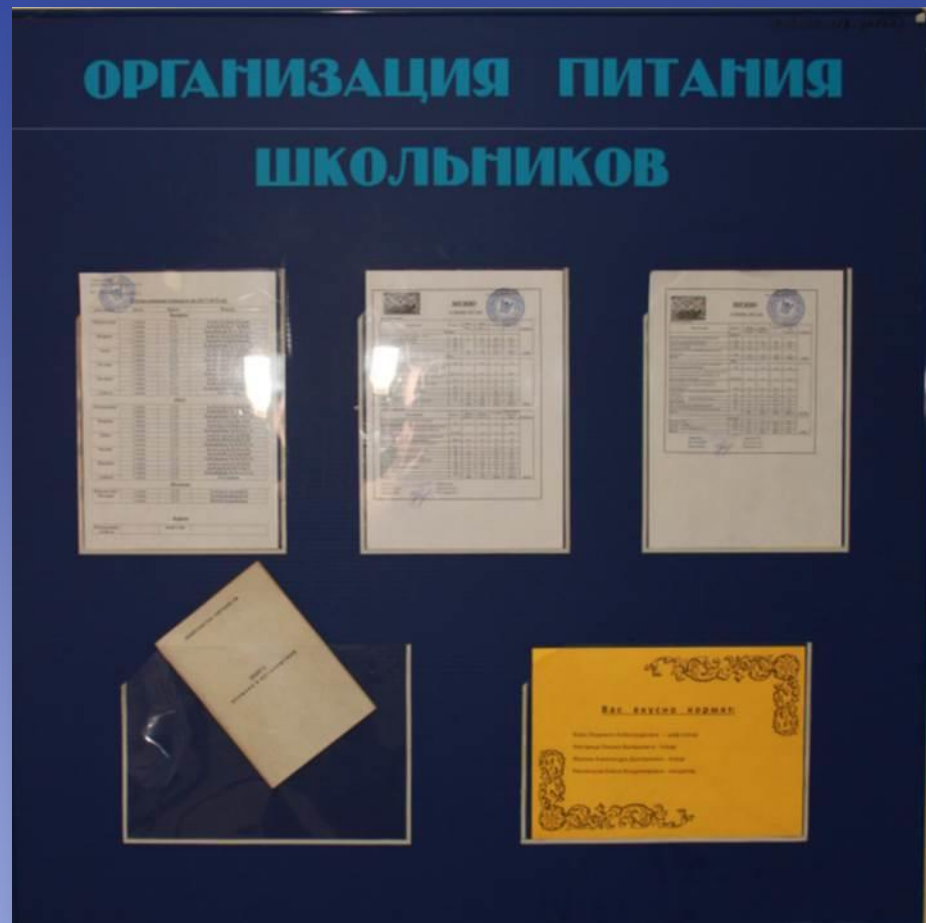


Приготовление  
поварами столовой  
Школы № 619  
горячего завтрака :

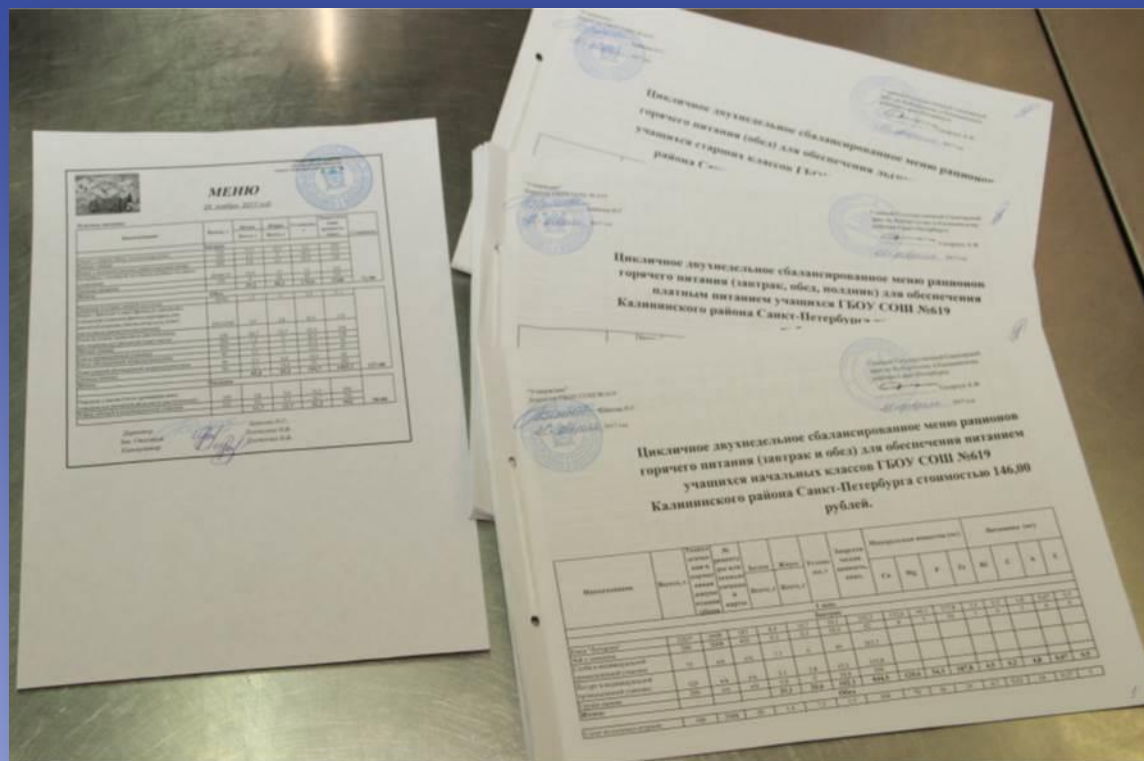
ОТ и ДО



"Только живая свежая пища может сделать человека способным воспринимать и понимать истину".  
Пифагор

9-й день 10-дневного  
циклического меню, завтрак:

- ОМЛЕТ С СЫРОМ
- БУТЕРБРОД С  
КОЛБАСОЙ П\К
- КАКАО С МОЛОКОМ
- БАНАН
- ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ



«Никто не должен преступать меру ни в пище, ни в питании.»

# ОМЛЕТ С СЫРОМ

## 1.Рецептура



Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция готовой продукции, г		100 порций готовой продукции, кг	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Яйца	80	80	8,0	8,0
Молоко	30	30	3,0	3,0
Масса омлетной смеси		110		11,0
Сыр	17	16,5	1,7	1,65
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход готовой продукции		115		11,5

## 2.Технология приготовления кулинарной продукции.

Яйца (предварительно обработанные согласно СанПин 2.3.6.1079-01), смешивают с молоком, добавляют соль, слегка взбивают до тех пор, пока на поверхности не появится пена. Омлетную смесь смешивают с тертым сыром, выливают в ёмкость, смазанную маслом сливочным, слоем не более 2,5-3 см и варят на пару 25-30 мин. Готовый омлет нарезают на порционные куски.

«Здоровье гораздо более зависит от наших привычек и питания, чем от врачебного искусства.»

Джон Леббок

### 3. Характеристика изделия по органолептическим показателям:

**Внешний вид** – порционные куски квадратной или треугольной формы, политы растопленным сливочным маслом;

**Цвет поверхности и в разрезе** – желтого цвета;

**Вкус** – свежих яиц и отварной моркови, умеренно соленый;

**Запах** – жареных свежих яиц и привкусом масла сливочного;

**Консистенция** – нежная, пышная, сочная.



"В еде не будь до всякой пищи падох, Знай точно время, место и порядок".



# БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ П\К :

## 1. Рецепттура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция готовой продукции, г		100 порций готовой продукции, кг	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Колбаса п\к	32	32	3,2	3,2
Батон	5	5	0,5	0,5
Масло сливочное	31	31	3,1	3,1
Выход готовой продукции		30/30/5		3,0/3,0/0,5



## 2. Технология приготовления кулинарной продукции.

На ломтик хлеба укладывают мясные гастрономические продукты, нарезанные ломтиками толщиной 3-4 мм

«Хлеб всему голова» - пословица

### 3. Характеристика изделия по органолептическим показателям:

- **Внешний вид** – ломтик пшеничного хлеба толщиной 1-1,5 см, почти полностью покрыт гастрономическими продуктами;
- **Цвет и консистенция** хлеба, масла, колбасы – в соответствии с требованиями технических документов на данный вид продукции;
- **Вкус и запах** – характерный для использования наименования мясных гастрономических продуктов с ароматом и привкусом хлеба, масла.



Есть и пить нужно столько, чтобы наши силы этим восстанавливались, а не подавлялись.

Цицерон Марк Туллий



# БАНАН ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ

# КАКАО С МОЛОКОМ

## 1. Рецепттура



Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция готовой продукции, г		100 порций готовой продукции, кг	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Какао-порошок	4	4	0,40	0,40
Молоко	100	100	10,0	10,0
Вода	50	50	5,0	5,0
Сахар	12	12	1,2	1,2
<b>Выход готовой продукции</b>	-	<b>200</b>	-	<b>20,0</b>

## 2. Технология приготовления кулинарной продукции

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (20 мл) и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения



## 4. Характеристика изделия по органолептическим показателям:



1. **Внешний вид** – напиток налит в стаканы или чашки, без пленки на поверхности;
2. **Цвет** – светло-коричневый;
3. **Вкус, запах** – запах шоколадный, с ароматом кипяченого молока; вкус приятный, шоколадный, умеренно сладкий;
4. **Консистенция** – хорошо концентрированная, жидкая





Профессионализм – осознанное и уверенное достижение заявленной результативности деятельности с наилучшим использованием возможностей.