



## Омлет натуральный № 215

Наименование блюда: **Омлет натуральный**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 215

Вид обработки: **Запеченные**

Наименование сборника рецептов: *Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна*

**Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто/на 100 грамм нетто блюда:**

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо	75	75	75	75
Молоко	28,75	28,75	28,75	28,75
-	-	103,75	-	103,75
Масло сливочное	5	5	5	5
Соль пищевая йодированная	0,45	0,45	0,45	0,45

**Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):**

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	8,82	8,82
Жиры, г	16,98	16,98
Углеводы, г	1,69	1,69
Калорийность, ккал	195,38	195,38
В1, мг	0,06	0,06
В2, мг	0,37	0,37
С, мг	0,15	0,15
Са, мг	71,38	71,38
Fe, мг	1,82	1,82

**Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:**

### Технология приготовления

К обработанным яйцам добавляют молоко и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на смазанный маслом противень слоем толщиной не более 2,5 см и запекают в жарочном шкафу до готовности. При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.

#### Требования к качеству

**Внешний вид:** поверхность омлета зарумянена, без подгорелых мест

**Консистенция:** однородная, сочная

**Цвет:** золотисто-желтоватый

**Вкус:** свежих запеченных яиц, молока, сливочного масла

**Запах:** свежих запеченных яиц, сливочного масла