**Яйца вареные**

[[Программа Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)Наименование блюда: **Яйца вареные**

Технологическая карта (кулинарный рецепт)

Вид обработки: **Варка**

|  |
| --- |
| Вес блюда:  грамм |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
| [Яйцо](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/8/29.php) | 100 | 100 |

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

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН | Содержание питательных веществ на 100грамм блюда |
| Белки, г | 12.7 |
| Жиры, г | 11.5 |
| Углеводы, г | 0.7 |
| Калорийность, ккал | 157.5 |
| B1, мг | 0.08 |
| B2, мг | 0.45 |
| C, мг | 0 |
| Ca, мг | 55 |
| Fe, мг | 2.5 |

*Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети 1-3 лет (ясли) | Дети 3-7 лет (детский сад) |
| 8-10 часов | 40 | 40 |
|  |  |  |
|  |  |  |

*Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:*

|  |
| --- |
| Технология приготовления |
| Яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды и 40-50 г соли на 10 яиц) и варят вкрутую 8-10 мин с момента закипания. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду. Подают яйца очищенными по 1 и 1/2 шт. на порцию. Требования к качеству Внешний вид: кругло-овальной формы, без трещин на поверхности Консистенция: умеренно плотная Цвет: белок - белый, желток - желтый Вкус: свежего вареного яйца, приятный Запах: свойственный свежесваренным яйцам |