

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1о**Наименование изделия:**Омлет натуральный**Номер рецептуры:**54-1о**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	11.6	11.6	0.09	7.37	0.14	67.2
2	Молоко 2.5% м.д.ж	57.7	57.7	1.57	1.27	2.52	27.8
3	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Яйцо куриное	101.5	92.3	11.02	9.34	0.59	130.5
Выход:			150	12.68	17.98	3.25	225.5

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	Д, мкг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.	F, мг.
1	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	31.19	0.15	0	1	3	2	0	3	0	0.00	0.1	0.32
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.02	0.07	7.62	0.00	0	22	70	61	7	45	0.1	5.19	1.0	11.54
3	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	132	0	1	0	0	0	18.00	0.0	0.00
4	Яйцо куриное	0.05	0.32	143.99	2.03	0	94	107	45	10	154	2	18.46	24.9	50.76
Итого		0.07	0.4	182.8	2.18	0	249	180	109	17	202	2.1	41.65	26	62.62

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. В яичную смесь добавляют молоко и соль, перемешивают и взбивают до образования пены. Затем яичную массу выливают на разогретый смазанный маслом (половина от закладываемого масла) противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут до образования румяной корочки. Омлет можно варить на пару 25-30 мин. Перед подачей нарезают на порции, поливают оставшейся половиной растопленного сливочного масла. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена; цвет - золотисто-желтый; вкус и запах - соответствуют наименованию

блюда.