

УТВЕРЖДАЮ
Директор

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование кулинарного изделия (блюда): ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ
Наименование сборника рецептур: (сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий под редакцией А.Я. Первалова № №307)

| № п/п | Наименование продуктов | 5-11 класс | |
|--------------|------------------------|------------|----------|
| | | Брутто, г | Нетто, г |
| 1 | Яйца | 123,06 | 123,06 |
| 2 | Молоко | 76,9 | 76,9 |
| 3 | Масса омлетной смеси | - | 200 |
| 4 | Масло сливочное | 7,6 | 7,6 |
| 5 | Масса готового омлета | - | 193,8 |
| 6 | Масло сливочное | 7,73 | 7,73 |
| Выход | | 200 | |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

| | |
|-------------|--------|
| Белки(г) | 14,62 |
| Жиры(г) | 22,74 |
| Углеводы(г) | 3,45 |
| Ккал | 277,21 |

Технология приготовления: Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают, добавляют в яичную смесь молоко, йодированную соль, перемешивают и слегка взбивают до образования пены. Затем выливают в разогретую смазанную маслом сковороду или на противень слоем 2,5-3,0 см. и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200 °С 8-10 мин. До образования легкой румяной корочки. Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2-3 шт. и соединять с общей массой. Перед подачей нарезают на порции, кладут на тарелку, поливают растопленным сливочным маслом, посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки. Омлет можно варить на пару в пароварочном аппарате.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более 30 мин. с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция омлета нежная, пористая, поверхность слегка зарумянена.