

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ООШ № 4
им.В.С.Каширина х.Любимов
И.В.Назаренко
21.08.2025 г



ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 211

Омлет с сыром

1 ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо «Омлет с сыром», вырабатываемое и реализуемое в столовой МБОУ ООШ № 4 им.В.С.Каширина х.Любимов

2 ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты используемые для приготовления блюда «Омлет с сыром», должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3 РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Яйца	3 шт.	120
Молоко	41	41
Сыр	23	22 ¹
Масло сливочное	5	5
Масса готового омлета	-	150
Масло сливочное	10	10
ВЫХОД		160

¹Масса тертого сыра

4 ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания и технологическими рекомендациями для импортного сырья.

К обработанным яйцам добавляют молоко и соль. Омлетную смесь тщательно размешивают, смешивают с сыром, выливают на смазанный противень и запекают в жарочном шкафу, высотой 2,5-3 см, полностью прожаривая. При отпуске поливают растопленным сливочным маслом.

5 ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Температура подачи блюда не ниже 65 °С.

6 ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

6.1 Органолептические показатели качества:

Внешний вид: поверхность омлета зарумянена, но без подгорелых мест.

Консистенция: однородная сочная.

Цвет: золотисто-желтый.

Запах: свежих жареных яиц, сливочного масла.

Вкус: свежих жареных яиц.

6.2 Микробиологические показатели блюда «Омлет с сыром» должны соответствовать требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

7 ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

Пищевая ценность блюда «Омлет с сыром» на выход 160 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
19,1	21,4	2,7	290

Витамины				
В ₁	В ₂	С	А	Е
0,1	0,59	0,35	387,2	

Минеральные вещества					
Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)	Цинк (мг)	Йод (мг)
278,9	333,1	23,28	2,9	0	0

Источник рецептуры: **Сборник технических нормативов** – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Повар

В.В.Асанова