

**Блюда
из яиц и творога**

Запеканка из творога с молоком сгущенным

Рецептура № 313

колонка

По сборнику рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации 2013г, г.Пермь

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Творог	144	143	173	172
Мука пшеничная	12	12	15	15
или Крупа манная	10	10	12	12
Вода питьевая для каши	36	36	44	44
Яйцо куриное	12	12	15	15
Сахар	6	6	7	7
Ванилин	0,01	0,01	0,012	0,012
Сметана	6	6	7	7
Сухари пшеничные	6	6	7	7
Масло сливочное для смазки листа	3	3	4	4
Масса готовой запеканки		150		180
Молоко сгущенное с сахаром	20,2	20	20,2	20
Выход готового блюда		170		200

Технология приготовления

В горячей воде растворяют ванилин и всыпают манную крупу, помешивая, проваривают 10 мин. Протёртый творог смешивают с мукой или предварительно заваренной и охлаждённой манной крупой, яйцами, сахаром. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу при температуре 220-280°C 20-30 мин до образования на поверхности румяной корочки. Запеканку запеченную на противне, не выкладывая, нарезают на порционные куски квадратной или прямоугольной формы и подают с молоком сгущенным. Температура подачи 65°C. Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Порционные куски квадратной или прямоугольной формы, с гладкой (без трещин) поверхностью, со сгущённым молоком

Цвет: Корочки - золотистый, в разрезе - от светло-кремового до кремового

Вкус: Слегка сладкая, без лишней кислотности

Запах: Запечённого творога со сгущённым молоком

Консистенция: Мягкая, рыхлая, сочная, пышная, однородная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
23,8	14,5	23,5	320	170
26,3	17,2	29,2	377	200

Наименование блюда Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным

Рецептура № 10/5 колонка

По сборнику технологических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, 2011г, г.Екатеринбург

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Творог	123	120	140	137
Крупа манная	6	6	7	7
Яйца	24	24	24	24
Сахар	12	12	14	14
Крошка		30		33
Мука пшеничная	12	12	14	14
Масло сливочное	12	12	14	14
Сахар	6	6	7	7
Масло сливочное для смазки листа	3	3	4,5	4,5
Масса готовой запеканки		180		200
Сгущённое молоко с сахаром	20,2	20	20,2	20
Выход готового блюда		180/20		200/20

Технология приготовления

В протертый творог добавляют яйца растертые с сахаром, просеянную манную крупу. Массу тщательно перемешивают. **Для крошки:** муку, масло сливочное, сахар смешивают и протирают через сито. На смазанный маслом противень выкладывают три части крошки, затем выкладывают подготовленную творожную массу слоем 3-4 см и сверху посыпают оставшейся крошкой. Выпекают при температуре 220 -280°C в течение 20-30 минут. Запеканку запеченную на противне, не выкладывая, разрезают на порционные куски квадратной или прямоугольной формы и подают с молоком сгущенным. Температура подачи 65°C . Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Органолептические показатели

- Внешний вид:** Порционные куски квадратной или прямоугольной формы, с крошкой на поверхности, без трещин, политы сгущённым молоком
- Цвет:** Корочки - золотистый, в разрезе - от светло-кремового
- Вкус:** Запеченного творога в сочетании со сгущенным молоком
- Запах:** Запечённого творога, с сгущённым молоком
- Консистенция:** Мягкая, рыхлая, однородная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
15,5	12,9	31,7	305	180/20
18,5	14,4	44,0	380	200/20

Наименование блюда

Омлет натуральный с маслом с подгарнировкой

Рецептура № 284; 76

колонка

По сборнику рецептур блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1996г

По сборнику рецептур блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Яйцо	114	114	125	125
Молоко питьевое	43	43	47	47
Масло растительное	2,5	2,5	3	3
Масса готового омлета		150		165
Масло сливочное	5	5	5	5
Икра морковная		30		30
Морковь	38	30	38	30
Томатное пюре	3	3	3	3
Лук репчатый	7	6	7	6
Сахар	0,4	0,4	0,4	0,4
Лимонная кислота	0,01	0,01	0,01	0,01
Масло растительное	3	3	3	3
Выход готового блюда		180		200

Технология приготовления

К взбитым яйцам добавляют молоко и соль. Смесь слегка взбивают до тех пор, пока на поверхности не появится пена. Омлет запекают на противне, смазанном маслом с толстым дном, обеспечивающим постепенный равномерный прогрев яичной массы. Противень разогреть и вылить в него омлетную смесь слоем 2,5-3 см. Вначале омлет запекают при небольшом нагреве, до образования легкой мягкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу 8-10 мин при температуре 180-200°C. При подаче нарезают на порционные куски и поливают растопленным сливочным маслом, доведенным до кипения, сбоку укладывают подгарнировку. Готовый омлет имеет упругую консистенцию. Температура подачи 65°C. Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Подгарнировка: Морковь отваривают, очищают от кожицы и измельчают. Лук репчатый мелко шинкуют, бланшируют и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного 5-10 мин, затем добавляют томатное пюре и припускают еще 5-7 мин. Измельчённую морковь соединяют с припущенным луком, добавляют сахар, соль по вкусу и при постоянном помешивании хорошо прогревают.

Органолептические показатели

Внешний вид: Порционные куски - в виде квадрата, политы сливочным маслом. Толщина слоя готового блюда не более 2,5-3 см. Сбоку уложена подгарнировка

Цвет: Поверхности - румяный, в разрезе светло - жёлтый. Овощей - оранжевый

Вкус: Свежих яиц и овощей, умеренно солёный

Запах: Запеченных яиц с приятным ароматом овощей

Консистенция: Упругая, пышная, пористая

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
15,5	17,3	6,2	246	180
17,2	19,2	6,2	266	200

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

103

Наименование блюда

Пудинг из творога с яблоками

Рецептура № 54-4т-2020

колонка

По сборнику рецептов для организации питания обучающихся общеобразовательных организаций, и типовых меню 2021г, г. Новосибирск

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Творог	123	122	137	136
Яблоки свежие	60	42	67	47
Сметана	7	7	8	8
Яйцо куриное	18	18	20	20
Сахар	7	7	8	8
Масло сливочное	7	7	8	8
Крупа манная	7	7	8	8
Ванилин	0,010	0,010	0,012	0,012
Сухари	7	7	8	8
Масло сливочное для смазки листа	3,5	3,5	4	4
Масса готового пудинга		180		200
Молоко сгущенное с сахаром	20,2	20	20,2	20
Выход готового блюда		180/20		200/20

Технология приготовления

Яблоки моют проточной водой, очищают от кожуры и сердцевин, протирают. В горячей воде (10-15 мл на порцию) растворяют ванилин, затем всыпают манную крупу и, помешивая, заваривают. В протёртый творог добавляют яичные желтки, растёртые с сахаром, охлаждённую заваренную манную крупу, размягчённое масло сливочное, протертые яблоки, соль. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием. Полученную массу выкладывают слоем толщиной 3-4 см на смазанный маслом противень (или форму), поверхность смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу в течении 20-30 мин при температуре 220-280°C. Готовый пудинг выдерживают 5-10 мин и вынимают из форм. Пудинг, запечённый на противне, не выкладывая, нарезают на порционные куски. Подают пудинг со сгущенным молоком. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Порционные куски квадратной или прямоугольной формы, с гладкой (без трещин) поверхностью, со сгущённым молоком

Цвет: Корочки – золотисто-жёлтый, на разрезе – светло-жёлтый или светло-кремовый

Вкус: Слегка сладкий, без лишней кислотности

Запах: Запечённого творога, с ароматом яблок

Консистенция: Мягкая, рыхлая, сочная, пышная, однородная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
17,5	14,6	30,6	324	180/20
19,2	19,2	33,6	384	200/20

Наименование блюда

Суфле творожное с молоком сгущенным

Рецептура № 365

колонка

По сборнику рецептур

блюдо и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004г

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Творог	158	157	175	174
Сметана	17	17	19	19
Яйца	9	9	10	10
Сахар	14	14	15	15
Мука пшеничная	14	14	15	15
Масло сливочное для смазки листа	4,2	4,2	4,5	4,5
Масса готового изделия		180		200
Молоко сгущенное с сахаром	20,2	20	20,2	20
Выход готового блюда		180/20		200/10

Технология приготовления

Творог протирают и смешивают со сметаной, добавляют яичные желтки, растёртые с сахаром, муку пшеничную просеянную, соль. Массу вымешивают. Яичные белки взбивают в густую пену и в несколько приёмов вводят в подготовленную массу, осторожно перемешивая сверху вниз. Затем приготовленную массу выкладывают на лист смазанный маслом, слоем не более 3-4 см и запекают в жарочном шкафу в течении 20-30 мин при температуре 220-280°C. При отпуске суфле нарезают на куски квадратной или прямоугольной формы. Подают с молоком сгущенным. Температура подачи 60-65°C. Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Порционные куски квадратной или прямоугольной формы, с гладкой поверхностью, с молоком сгущенным

Цвет: Корочки - золотистый, в разрезе - от светло-кремового до кремового

Вкус: Слегка сладкая, без лишней кислотности, умеренно солёная

Запах: Запечённого творога

Консистенция: Мягкая, рыхлая, сочная, пышная, однородная

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
16,2	13,9	27,0	297,9	180/20
19,1	15,1	38,9	368	200/20

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

105

Наименование блюда **Суфле " Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком сгущенным**

Рецептура № 19/5 колонка

По сборнику технологических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, 2011г, г.Екатеринбург

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 7 до 11 лет		с 12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Печенье сахарное	36	36	40	40
Творог	136	134	151	149
Мука пшеничная	15	15	17	17
Яйца	18	18	20	20
Сахар	9	9	10	10
Сметана	14	14	15	15
Сухари пшеничные	9	9	10	10
Масло сливочное для смазки листа		4		5
Масса готового суфле		180		200
Молоко сгущенное с сахаром	20,2	20	20,2	20
Выход готового блюда		180/20		200/20

Технология приготовления

Творог протирают с мукой пшеничной, яичные желтки перетирают с сахаром и вводят в подготовленную протертую массу, добавляют 60% от нормы сметаны. Печенье измельчают в крупную крошку (для этого толкут в отдельной емкости), добавляют в творожную массу и перемешивают. Яичные белки, взбивают в густую пену и в несколько приемов вводят в подготовленную массу, осторожно перемешивая.

Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают оставшейся сметаной и запекают в жарочном шкафу 20-30 мин при температуре 220-280°C до образования на поверхности румяной корочки. Чизкейк запеченный на противне, не выкладывая, разрезают на порционные куски квадратной или прямоугольной формы и подают с молоком сгущенным. Температура подачи 65°C. Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Органолептические показатели

Внешний вид: Порционные куски квадратной или прямоугольной формы с равномерно запеченной поверхностью, рядом молоко сгущенное с сахаром

Цвет: Корочки – бледно-коричневый с золотистым оттенком, на разрезе – светло-желтый или светло-кремовый с наличием печенья

Вкус: Характерный для запеченного творожного блюда с печеньем (без затхлого, кислого, прогорклого и других посторонних) в сочетании с молоком сгущенным

Запах: Характерный для запеченного творожного блюда (без затхлого, кислого, прогорклого и других посторонних), с ароматом печенья

Консистенция: Однородная, мягкая, нежная, с наличием кусочков печенья; слегка твердая у корочки

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Выход, г
13,5	10,8	31,2	276	180/20
16,3	11,9	34,3	310	200/20



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

106

Наименование блюда

Яйцо вареное

Рецептура № 300

колонка

По сборнику
 технологических
 нормативов

рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации 2013г, г.Пермь

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	брутто, г	нетто, г		
Яйцо куриное (шт.)	1	1		
Выход готового изделия	1 шт.			

Технология приготовления

Обработанные яйца в скорлупе погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды и 40-50г соли на 10 яиц) и варят вкрутую 10 минут после закипания воды. Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требование к качеству

Яйцо, сваренное вкрутую, имеет в меру плотный белок и желток. Желток нежный, рассыпчатый.

Пищевая и энергетическая ценность блюда (изделия)

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
5,1	4,1	0,3	58