

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Образовательный центр «АНТАРЕС»
муниципального округа город Партизанск Приморского края

Презентация о приготовлении поварами школьной столовой горячего завтрака



ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ

Горячее питание детей во время пребывания в школе является одним из важных условий поддержания их здоровья и способности к эффективному обучению.

Хорошая организация школьного питания ведёт к улучшению показателей уровня здоровья населения, и в первую очередь детей, учитывая, что в школе они проводят большую часть своего времени. Поэтому питание является одним из важных факторов, определяющих здоровье подрастающего поколения.



Энергетическая ценность продуктов:



Наименование блюда	Номер по СР	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Угле- воды	Ккал	А	В	С	Е	Ca	Mg	P	Fe
ЗАВТРАК КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	302*	180/5	18,44	9,14	21,03	262,0	0,08	0,17	1,18	0,77	168,08	12,92	150,04	2,09
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	97*	25	0,13	20,63	0,2	187,5	0	0	0	0	3,0	0,1	4,7	0,05
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	686*	200	0,26	0,06	15,22	59	0	0	2,9	0,1	8,05	5,24	9,78	0,91
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,04	0,34	19,44	96	0	0,04	0	0,44	8,0	5,6	26,0	0,44
ИТОГО			21,87	30,17	55,89	604,5	0,08	0,21	4,08	1,31	187,13	23,86	190,52	3,49

Продукты для приготовления пшенной каши на 1 ребенка в соответствии с технологической картой

Пшено – 50 гр.

Молоко – 104 гр.

Соль – 1 гр.

Сахар – 3 гр.

Масло сливочное -10 гр.



Пшенная каша на молоке – это вкусный и очень полезный завтрак.

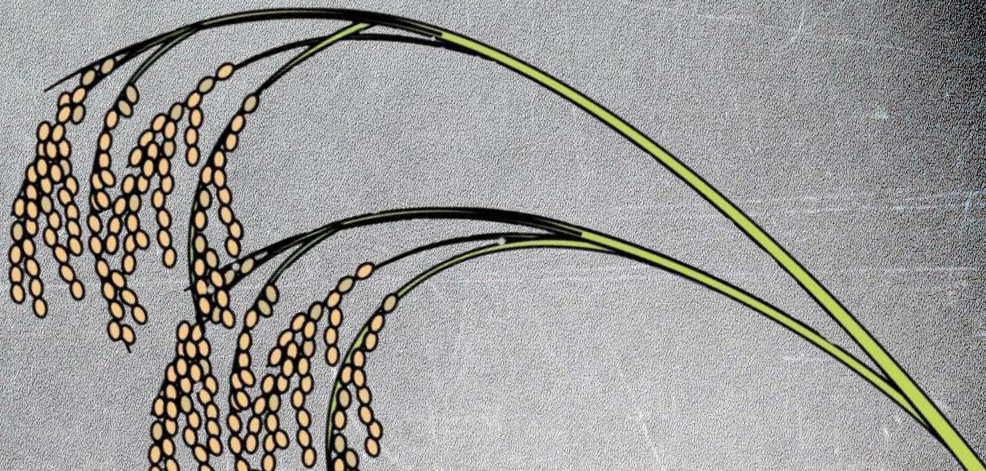
Варить пшенную молочную кашу довольно легко, а получается очень вкусно.

Технология приготовления:



***Наливают в кастрюлю воду
и доводят жидкость до кипения.***

Пшено перебирают, затем крупу промывают, несколько раз меняя воду. Обдают пшено кипятком, чтобы убрать из него горечь, выкладывают в кастрюлю промытое пшено. Варят его на медленном огне до полуготовности (15-20 минут).

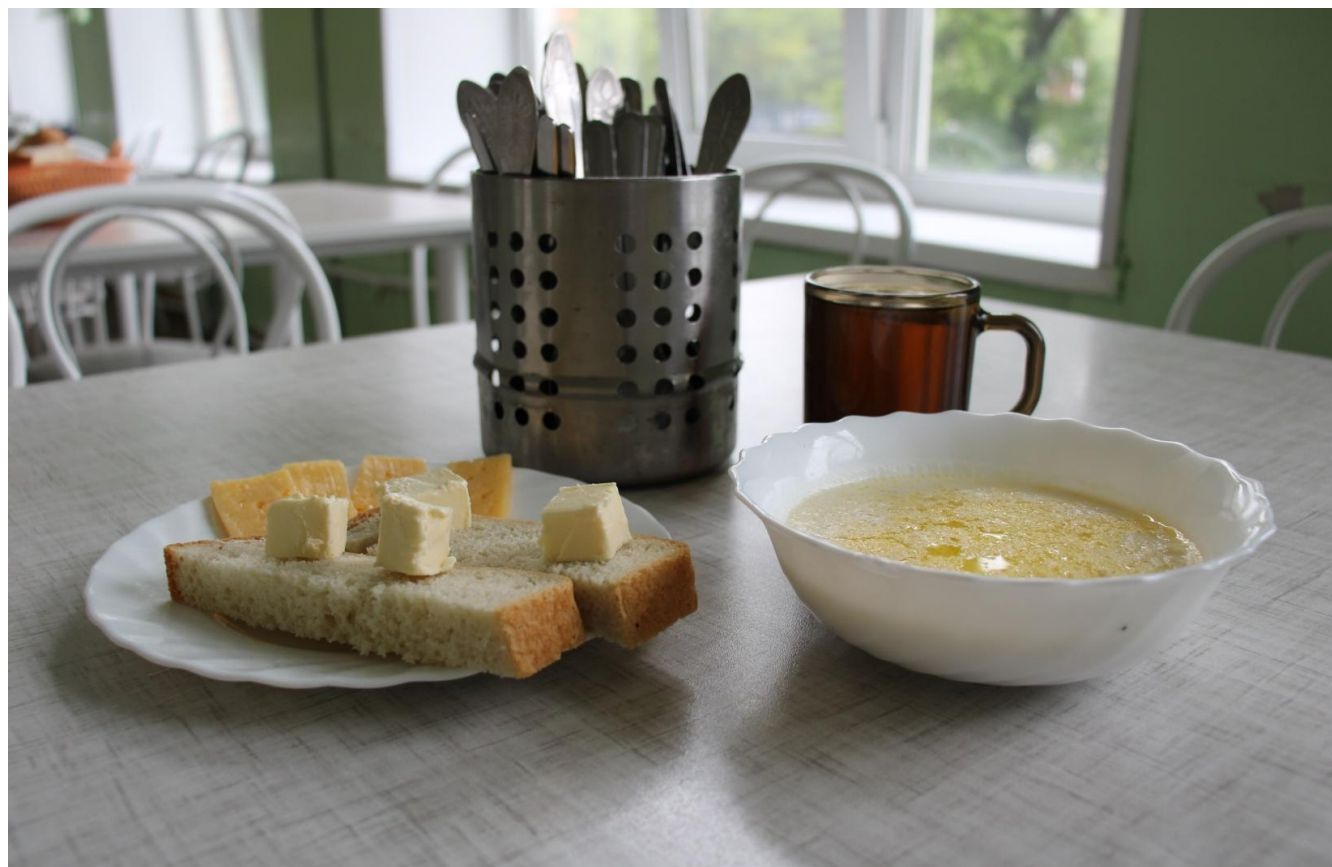




***В другую кастрюлю наливают
молоко и также доводят до кипения,
заливают молоком пшено.***



Добавляют сахар и соль. Перемешивают, доводят до кипения. Варят пшённую кашу с молоком на медленном огне, можно под крышкой (следить, чтобы молоко не убежало), иногда помешивая, до тех пор, пока она не загустеет (10-15 минут). Добавляют сливочное масло. Затем снимают с огня и дают молочной пшённой каше настояться минут 10 под крышкой.



***Молочная пшенная каша готова!
Температура подачи не менее 75°С
Приятного аппетита!***