

ЗАВТРАК



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№302	Каша манная молочная с маслом сливочным	250	39,99	350	10,5	8,4	57,9
	сладкое	№366	Запеканка из творога с сахаром	105	89,7	255,83	15,91	11,58	21,91
	напиток	№693	Какао с молоком с сахаром	200	27,3	132	3,9	3,8	25,1
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	37	5,35	86,95	2,81	0,44	1,81
	хлеб черн.		Хлеб Дарницкий	20	3,66	34,8	1,32	0,2	0,24



ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С САХАРОМ



БЕРЕМ ТВОРОГ



К НЕМУ В МИСКУ ДОБАВЛЯЕМ
ЯЙЦА



ТУДА ЖЕ ДОБАВЛЯЕМ
САХАР,
ПРЕДВАРИТЕЛЬНО
ЗАВАРЕННУЮ В ВОДЕ
И ОХЛАЖДЕННУЮ
МАННУЮ КРУПУ,
СОЛЬ.



ВСЕ ЭТО ПЕРЕМЕШИВАЕМ.
ПОДГОТОВЛЕННУЮ МАССУ
ВЫКЛАДЫВАЕМ НА СМАЗАННУЮ
МАСЛОМ И ПОСЫПАННУЮ СУХАРЯМИ
ЕМКОСТЬ СЛОЕМ 3-4 СМ,
ПОВЕРХНОСТЬ СМАЗЫВАЕМ СМЕТАНОЙ
И ЗАПЕКАЕМ В ЖАРОЧНОМ ШКАФУ
ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ 200-220 ГРАДУСОВ
ДО ОБРАЗОВАНИЯ ЗОЛОТИСТОЙ
КОРОЧКИ 20-30 МИН.



ГОТОВУЮ ЗАПЕКАНКУ ЧЕРЕЗ
5-10 МИН.
ПОРЦИОНИРУЕМ.
БЛЮДО ГОТОВО.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ

НАЛИВАЕМ В МИСКУ МОЛОКО,
КИПЯТИМ.





В КИПЯЩЕЕ МОЛОКО С ВОДОЙ
ДОБАВЛЯЕМ САХАР, СОЛЬ И
ВСЫПАЕМ ТОНКОЙ СТРУЙКОЙ
ПРИ ПОМЕШИВАНИИ
МАННУЮ КРУПУ,
ПЕРИОДИЧЕСКИ ПОМЕШИВАЯ,
ВАРИМ 5-10 МИНУТ. ПРИ
ОТПУСКЕ КАШУ ПОЛИВАЕМ
РАСТОПЛЕННЫМ СЛИВОЧНЫМ
МАСЛОМ.



БЛЮДО ГОТОВО. ПРИЯТНОГО
АППЕТИТА!



КАКАО С МОЛОКОМ И САХАРОМ

КАКАО-ПОРОШОК СМЕШИВАЕМ С
САХАРОМ, ДОБАВЛЯЕМ НЕБОЛЬШОЕ
КОЛИЧЕСТВО КИПЯТКА И
РАСТИРАЕМ ОДНОРОДНУЮ МАССУ,
ЗАТЕМ ПРИ НЕПРЕРЫВНОМ
ПОМЕШИВАНИИ ВЛИВАЕМ ГОРЯЧЕЕ
КИПЯЧЕННОЕ МОЛОКО И
ОСТАЛЬНОЙ КИПЯТОК И ДОВОДИМ
ДО КИПЕНИЯ.



ГОТОВЫЙ НАПИТОК
РАЗЛИВАЕМ ПО СТАКАНАМ И
ЧАШКАМ.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!