



40 а. Тюфтельки рибні

М.І. Снігур і З.Т. Корешкова Меню-розкладки і розрахункові таблиці хімічного складу харчових раціонів для дитячих садків

Назва продуктів	Маса продуктів (г)				Білки (г)	Жири (г)	Вуглеводи (г)	Енергетична цінність (ккал)
	Для дітей груп раннього віку		Для дітей груп дошкільного віку					
	брутто	нетто	брутто	нетто				
Риба	50	32	100	60				
Батон	12	12	13	13				
Яйце	1/10	5	1/8	6				
Цибуля	14	11	16	13				
Молоко	14	14	17	17				
Борошно	5	5	5	5				
Масло вершк.	2	2	2	2				
Морква	14	11	16	13				
Олія	2	2	2	2				
Вихід страви	40		75		8,0/11,2	6,4/9,0	12,6/17,6	143,5/200,9

Технологія приготування. Рибу, цибулю пропускають через м'ясорубку разом з булкою замоченою в молоці додають яйця, солять, добре вимішують, виробляють кульки по 1-2 на порцію, складають на деко, тушкують у духовій шафі за температури 220-250°C протягом 5-10 хв., потім заливають соусом і ще тушкують до готовності 8-10 хв.

