

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
МАЙНСКОГО РАЙОНА УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ**



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



Продукты

Гречка - (430 г)

Вода - (150 мл)

Молоко - (1600 мл)

Соль - 0,5 ч. ложки

Сахар – (50 г)

Масло сливочное – (60 г)



***Гречневая каша на
молоке - это вкусный и
очень полезный
завтрак.***

***Варить молочную кашу
довольно легко, а
получается очень вкусно***

Процесс приготовления:



***➤ наливаем в сотейник
воду и доводим
жидкость до кипения***

- берем крупу, взвешиваем ее (30 г. на одну порцию)
- перебираем крупу, тщательно промываем ее холодной проточной водой
- наливаем в кастрюлю молоко, доводим до кипения
- выкладываем в ситейник крупу



- *добавляем сахар и соль, перемешиваем*
- *варим кашу на медленном огне до готовности*
- *за 5 минут до готовности, добавляем сливочное масло*





***Молочная гречневая каша готова!
Приятного аппетита!***

Спасибо за внимание!

