

Crabs
Cancer pagurus

الضفاد: كابوريا
الاسم العلمي:



أولاً: علامات ومظاهر الجودة:

الخواص الظاهرية

- الشكل: من القشريات البحرية متعددة الأرجل.
- اللون: أبيض ويميل إلى الأحمر.
- الحجم: تتفاوت في الأحجام بين كف اليد أو أكبر.
- أخرى: يفضل الطازجة.

الخواص الداخلية

- الطعم: طعم جميل.
- الرائحة: رائحة مميزة خالية من أى آثار للفساد.
- التجانس: يفضل التجانس فى الرسالة.
- أخرى: يفضل أن تكون ذات لحم ممتلئ.

ثانياً: المحتويات الغذائية: (محتوي ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر): ٩٠

الفيتامينات:

نسبة ضئيلة: ثيامين ، ريبوفلافين

نسبة منخفضة: نياسين

الأملاح المعدنية:

نسبة منخفضة: كالسيوم، فوسفور، وحديد

نسبة متوسطة: بوتاسيوم

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين % ١٧ كربوهيدرات % ٠.٧ دهون % ٢.٢

ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

يتم التداول والنقل فى ظروف تبريد أو تجميد للمحافظة على الخواص .

رابعاً: التخزين النموذجي:

- فى الجو العادى ٢٠ - ٢٥ °م: يوم - يومين .
- التبريد +٥ الى ١٠ °م: حتى أسبوع .
- التجميد -١٠ الى ١٨ °م: ٢ - ٦ شهور .

Cassava

Manihot utilissima

الفدائ: كاسافا

الاسم العلمى:



أولاً: علامات ومظاهر الجودة:

الخواص الطاهرية

- الشكل: درنة أسطوانية تشابه فى شكلها البطاطا.
- اللون: تميل إلى اللون الأبيض.
- الحجم: تتفاوت فى حجم الدرنة وتصل فى وزنها بين ١٠٠ - ٥٠٠ جم.
- أخرى: يفضل خلوها من أى إصابات نباتية أو حشرية.

الخواص الداخلية (دقيق الكاسافا).

- الطعم: يصنع منه فى بعض الأحيان الخبز وله طعم قريب من الدقيق العادى.
- الرائحة: ليس له رائحة.
- التجانس: يفضل التجانس فى الحجم.
- أخرى:

ثانياً: المحتويات الغذائية: (محتوى ١٠٠ اجم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر): ١٠٩

الفيتامينات:

نسبة عالية: (ج) نسبة ضئيلة: نياسين

الأملاح المعدنية:

نسبة ضئيلة: كالسيوم ، وحديد

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين % ٩ - كربوهيدرات % ٢٦ - دهون % ٢ -

ثالثاً: طريقة التداول و النقل: يتم النقل والتداول للدرنات فى أجولة وعن طريق وسائل النقل العادية .

رابعاً: التخزين النموذجى:

- فى الجو العادى ٢٠ - ٢٥ م°: شهر - شهرين تبعاً للرطوبة .
- التبريد + ٥ الى ١٠ م°: ثلاثة شهور .
- التجميد - ١٠ الى ١٨ م°:



أولاً: علامات ومظاهر الجودة:

الخواص الظاهرية

- الشكل: غدة كبدية مقطحة.
- اللون: غدة حمراء فاتحة أو داكنة.
- الحجم: تبعاً لنوع وعمر الحيوان.
- أخرى: خالية من الأطراف السوداء - أو أمراض الحيوان.

الخواص الداخلية

- الطعم: مفضلة وتخلو من المرارة أو الطعم الغريب.
- الرائحة: مميزة.
- التجانس: يفضل التجانس في الطعم بين القطعية الواحدة.
- أخرى: تفضل الأجزاء الخالية من الدهن والعروق.

ثانياً: المحتويات الغذائية: (محتوي ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر): ٢٢٩

الفيتامينات:

نسبة عالية: (أ) ، (د) ، النياسين نسبة متوسطة: الثيامين ، الريبوفلافين

الأملاح المعدنية:

نسبة عالية: حديد ، بوتاسيوم نسبة متوسطة: فوسفور

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين % ٢٥,٨ كربوهيدرات % ١,٢ دهون % ١١,٩

ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

يتم التداول للكبد الطازجة تحت ظروف التجميد
ووسائل النقل المبردة .

رابعاً: التخزين النموذجي:

- في الجوال العادي ٢٠ - ٢٥ م°: يوم واحد .
- التبريد +٥ الى ١٠ م°: ثلاثة ايام .
- التجميد -١٠ الى ١٨ م°: ثلاثة أشهر - ستة أشهر .



طريقة التصنيع :

- موسم التنفيذ : أى وقت من العام وفى الأعياد والمناسبات.
- الخامات المطلوبة : دقيق فاخر ١٠٠ - سمن طبيعى ٤٠ - خميرة ٢ - رائحة كحك ملعقة - سكر ناعم بودرة ٢٠ .
- المستلزمات والمعدات : منخل - إناء عجن وتخمر - قوالب كحك - صاجات - فرن.

طريقة التنفيذ :

- ١ - يتم نخل الدقيق والسكر الناعم بالمنخل لإزالة الشوائب.
- ٢ - يوضع السمن على النار حتى ينصهر بالكامل.
- ٣ - يضاف السمن الساخن على الدقيق مع التقليب - وإضافة رائحة الكحك.
- ٤ - تترك العجينة حتى تصبح دافئة (٣٧°م) ويضاف إليها الخميرة بعد تنشيطها فى قدر ضئيل من الماء والسكر.
- ٥ - يترك العجينة تتخمر فى إناء العجن وتغطى بقماش مبلل لمدة ساعة إلى ساعة ونصف .
- ٦ - يعاد خلط وتقليب العجينة - ثم يتم تقطيع العجينة إلى قطع صغيرة ويتم تشكيلها فى صورة كور صغيرة.
- ٧ - تشكل العجينة بواسطة قوالب الكحك أو بالأيدي وينقش السطح العلوى.
- ٨ - يرص العجين فى الصاجات المدهونة - وتترك لتخمر ١ - ٣ ساعة ويلاحظ فى ذلك زيادة حجم قطع العجينة.
- ٩ - تخبز فى فرن لمدة حوالى ٢٠ دقيقة - ويرش على الكحك السكر عندما يبرد.

نصائح تطبيقية وصحية :

غذاء حلو غنى فى محتواه من الطاقة - ويمنع عن مرضى السكر والقلب والتهاب الكبد والمرارة.

- الحفظ اثناء الاستهلاك :

يحفظ فى مكان بارد مغلق جيداً فى كراتين أو أوعية بلاستيك.

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

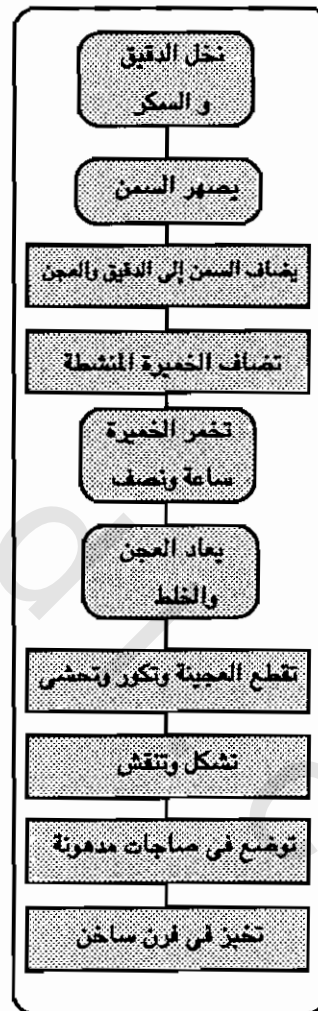
الطاقة (سعر) : ...

الفيتامينات : منخفضة : ثيامين وريبوفلافين

الأملاح المعدنية : منخفضة : فوسفور وكالسيوم ضئيلة : حديد

المكونات الأساسية للطعام :

بروتين ٨٪ كربوهيدرات ٥٢٪ دهون ٣٠٪



شكل (٧٧)
طريقة تصنيع الكدك

Cabbage
Brassica oleracea
var capitata

الفدء: كرنب
الاسم العلمى:



أولاً: علامات ومظاهر الجودة:

الخواص الظاهرية

- الشكل: مستدير فى صورة أوراق ملفوفة.
- اللون: أخضر وهناك أصناف حمراء.
- الحجم: يفضل الحجم الكبير.
- أخرى: يفضل الرؤوس الممتلئة.

الخواص الداخلية (كرنب مسلوق ومصفى).

- الطعم: طعم مميز وخالى من الطعم الغريب.
- الرائحة: مميزة للكرنب.
- التجانس: يفضل التجانس بين مكونات الكرنب.
- أخرى:

ثانياً: المحتويات الغذائية: (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر): ٢٠

الفيتامينات:

نسبة عالية: (د)

الأملاح المعدنية:

نسبة منخفضة: الكالسيوم

نسبة متوسطة: بوتاسيوم

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين / ١,٢٨ كربوهيدرات / ٤,١٤ دهون %

ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

يتم التداول و النقل فى السيارات بدون تعبئة و بعد إجراء تدريج حجمى للإنتاج .

رابعاً: التخزين النموذجى:

- فى الجو العادى ٢٠ - ٢٥ °م: أسبوع .
- التبريد +٥ الى ١٠ °م: ثلاثة - أربعة شهور .
- التجميد -١٠ الى ١٨ °م:

طريقة التصنيع / الإعداد : كرنب مجمد

Cabbage , frozen

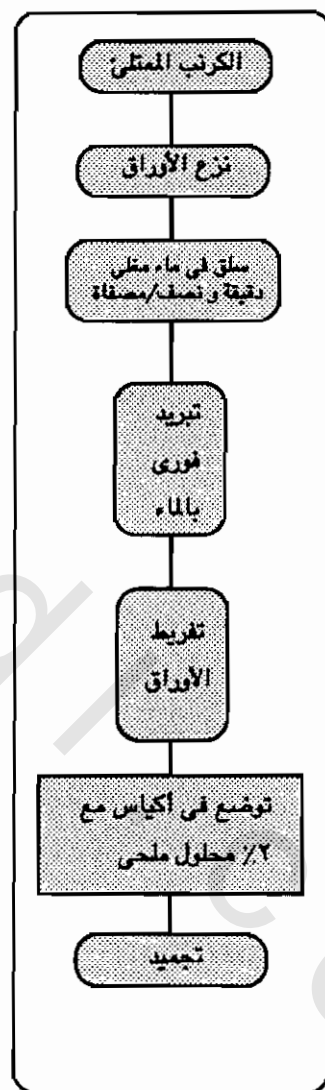
- موسم التنفيذ: فبراير - مارس .
- الخامات المطلوبة: كرنب - ملح طعام .
- المستلزمات والمعدات: حلة - مصدر حراري، مصفاة ، أكياس بولى إيثيلين.

طريقة التنفيذ

- (١) يختار الكرنب الممتلئ الرأس بالأوراق .
- (٢) يتم نزع أوراق الكرنب الخضراء والصفراء .
- (٣) تجرى عملية سلق للأوراق فى مصفاة مع ماء مغلى لمدة دقيقة ونصف.
- (٤) يتم تبريد الأوراق بالماء (البارد مباشرة بعد السلق) .
- (٥) تفرط الأوراق لعدم التصاقها ثم توضع فى أكياس بولى إيثيلين مع قليل من المحلول الملحي ٢٪ .
- (٦) توضع الأكياس فى الفريزر وتستمر صلاحيتها إلى حوالى ستة اشهر .

نصائح تطبيقية وصحية :

- الاســـــــــــــــم استخدام: يستخدم فى أغراض الحشو مع الأرز .
- الحفظ اثناء الاستهلاك: يوضع فى الثلاجة .
- الشئون الصحية: يتجنب استخدامه لمرضى القولون وفى حالة الحشو يمنع عن مرضى المرارة والسكر .



شكل (٧٨)
طريقة إعداد كرنب مجمد.



طريقة التصنيع / الإعداد:

- موسم التنفيذ: فبراير - مارس .
- الخامات المطلوبة: كرنب - ملح طعام - خل.
- المستلزمات والمعدات: أواني زجاجية أو بلاستيك.

طريقة التنفيذ:

- ١ - يتم تقطيع أوراق الكرنب إلى أحجام متوسطة.
- ٢ - يتم إعداد محلول ملحي ١٠٪ من الملح بنسبة ١ كيلو جرام إلى ٩ كجم ماء.
- ٣ - توضع أوراق الكرنب في برطمانات التخليل.
- ٤ - يصب المحلول الملحي على الأوراق حتى يتم تغطيتها.
- ٥ - تترك حوالى شهر في منطقة مظلمة قبل الإستهلاك .
- ٦ - يمكن الإسراع من التخليل إذا تم إجراء عملية سلق للأوراق قبل الخطوة ٣ .

نصائح تطبيقية وصحية :

أنظر الكرنب ، يمنع عن مرضى القولون وضغط الدم.

- الحفظ اثناء الاستهلاك :

في الثلاجة ويحكم غلق البرطمانات.

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر) : ١١

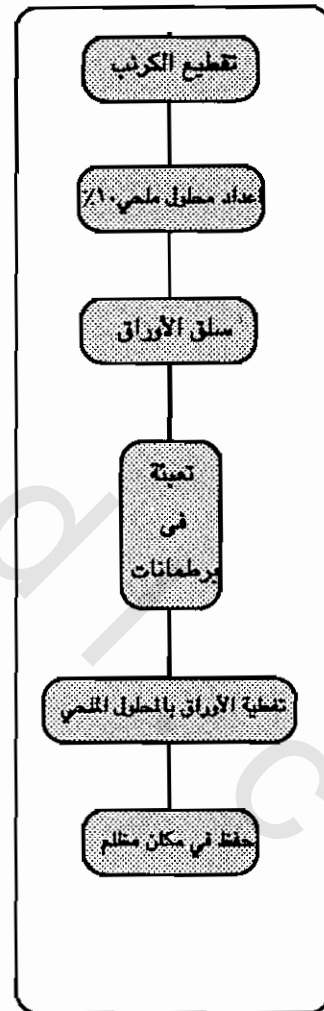
الفيتامينات : متوسطة : (جـ)

الأملاح المعدنية : عالية : الصوديوم

ضئيلة : الكالسيوم

المكونات الأساسية للطعام :

بروتين ٪ ٠,٧٠ كربوهيدرات ٪ ٢,٠٧ دهون ٪



شكل (٧٩)
طريقة اعداد الكرب المخل

Cabbage, stuffed

الخباز: كرنب محشو مجمد



طريقة التصنيع / الإعداد:

- موسم التنفيذ: فبراير - مارس .
- الخامات المطلوبة: كرنب - أرز - خضرة محشو - ملح - زيت طعام .
- المستلزمات والمعدات: مصدر حرارى - أطباق رقائق ألومنيوم - سلوفان .

طريقة التنفيذ:

- ١ - يتم تقطيع أوراق الكرنب إلى أحجام صغيرة.
- ٢ - توضع الأوراق فى ماء مغلى لمدة حوالى نصف ساعة.
- ٣ - بعدما تصل درجة حرارة الأوراق إلى درجة حرارة الجو تجرى عملية حشو الكرنب بالأرز المعد لذلك والمضاف إليه الخضرة - ويسوى على النار لمدة نصف ساعة.
- ٤ - يرص المحشو فى أوراق الحفظ من رقائق الألومنيوم .
- ٥ - تغلف الأطباق بورق السلوفان أو النايلون .
- ٦ - الحفظ فى الثلاجة فى الفريزر لمدة تصل إلى ثلاثة شهور .

نصائح تطبيقية وصحية :

يمنع عن مرضى القولون والمرارة ومرض السكر .

- الحفظ اثناء الاستهلاك :

فى الثلاجة تحت تبريد .

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر) : ١٨٦

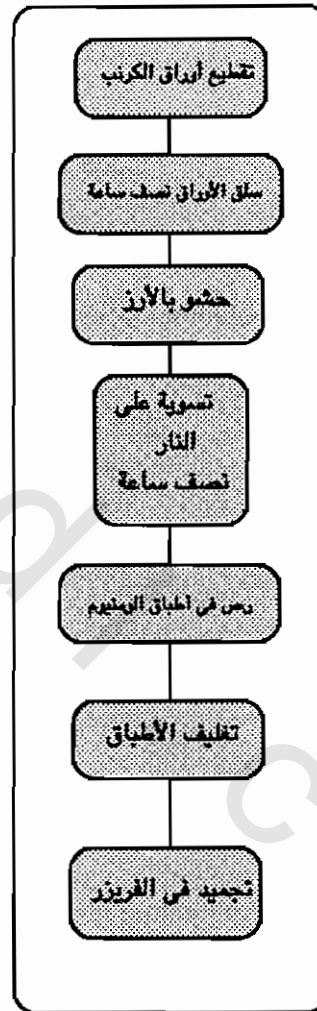
الفيتامينات : متوسطة : (ج)

الأملاح المعدنية : متوسطة : الصوديوم

منخفضة : بوتاسيوم

المكونات الأساسية للطعام :

بروتين % ٦ كربوهيدرات % ٢٧ دهون % ٤



شكل (٨٠)
طريقة اعداد الكرنب المحشو



طريقة التصنيع :

- موسم التنفيذ : أى وقت من العام.
- الخامات المطلوبة : عسل جلوكوز: ٢٥ - لبن جاف : ٢٨ - سكروز : ٢٢ - زيت نخيل : ٩ - زبدة : ٦ - ملح : ٠.٦ - مكسبات نكهة : ٠.١ .
- المستلزمات والمعدات :

طريقة التنفيذ :

- ١ - يوضع فى حلة الطبخ المفتوحة عسل الجلوكوز والسكر واللبن ويتم التقليب.
- ٢ - ترفع درجة الحرارة حتى ٣٥°م ويضاف زيت النخيل والزبدة والملح.
- ٣ - يتم التقليب الجيد لمدة ١٠ دقائق.
- ٤ - يتم رفع الحرارة للوصول إلى الغليان ويستمر على ذلك حتى الوصول إلى درجة حرارة ١٢٤°م.
- ٥ - إيقاف مصدر الحرارة - ويضاف مكسبات النكهة ويقلب لفترة قصيرة.
- ٦ - تنقل محتويات الحلة إلى مناخذ التبريد المدهونة بطبقة دهنية لمنع الالتصاق.
- ٧ - يجرى التقطيع الطولى للناتج - ويوجه إلى ماكينات التقطيع - والتغليف.

نصائح تطبيقية وصحية :

يمنع عن مرضى القلب والسكر والتهاب الكبد وقرحة المعدة.

- الحفظ اثناء الاستهلاك :

فى الجو العادى أو فى ظروف التبريد فى الثلاجة.

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر) : ٤٤٧

الفيتامينات : آثا : (أ) وريبوفلافين

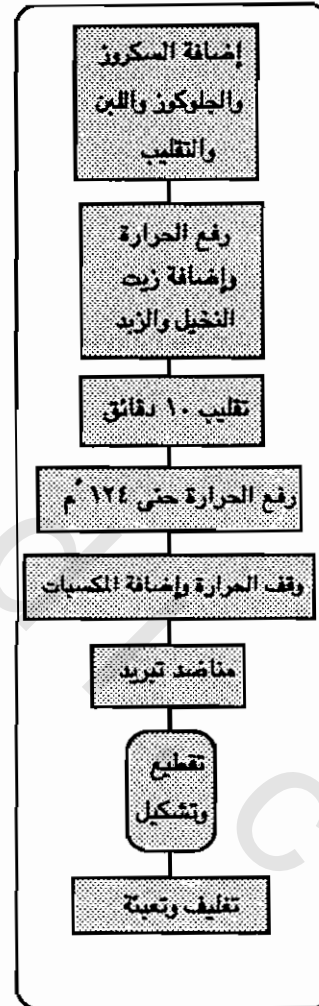
الأملاح المعدنية : ضئيلة : كالسيوم وفوسفور

المكونات الأساسية للطعام :

دهون ١٥ %

كربوهيدرات ٧٠ %

بروتين ٨ %



شكل (٨١)
طريقة تصنيع الكراملة

Celery

Apium gravealens

الفدأء: كرفس

الاسم العلمى:



أولاً: علامات ومظاهر الجودة:

الخواص الظاهرية

- الشكل: نبات ذو أغصان صغيرة وأوراق متفرعة.
- اللون: أخضر.
- الحجم: حجم النبات صغير.
- أخرى: يفضل خلوه من الآفات النباتية والحشرية.

الخواص الداخلية

- الطعم: له طعم قابض نسبياً.
- الرائحة: مميزة.
- التجانس: يفضل التجانس فى الحجم.
- أخرى:

ثانياً: المحتويات الغذائية: (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر): ١٨

الفيتامينات:

نسبة منخفضة: (أ) ، (د) آثار: من فيتامينات (ب)

الأملاح المعدنية:

نسبة عالية: بوتاسيوم نسبة منخفضة: كالسيوم آثار: فوسفور ، حديد

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين % ٠.٨ - كربوهيدرات % ٤.٣ - دهون %

ثالثاً: طريقة التداول و النقل: يتم النقل والتداول فى صورة حزم صغيرة مع تغطيته بقش رطب منعاً من الذبول السريع وينقل بوسائل النقل العادية .

رابعاً: التخزين النموذجى:

- فى الجو العادى ٢٠ - ٢٥ °م : يوم - يومين .
- التبريد +٥ الى ١٠ °م : أسبوع - أسبوعان .
- التجميد -١٠ الى ١٨ °م : ثلاثة شهور .



طريقة الإعداد :

- موسم التنفيذ : أى وقت من العام وفى المناسبات.
- الخامات المطلوبة : لبن - سكر مبلور - بيض - فانيليا - قرفة مطحونة.
- المستلزمات والمعدات : إناء خفق - حلة لتسخين اللبن - مصدر حرارى - قوالب - فرن - ثلاجة.

طريقة التنفيذ :

- ١ - تعد الخامات ويعاير اللبن ويستخدم ٣٠٪ من الحجم سكر مبلور، ٣٠٪ من الحجم بيض كامل.
- ٢ - يتم خفق البيض مع الفانيليا والسكر حتى يتم تكوين قوام متماسك.
- ٣ - يوضع اللبن على النار ويتم غليه .. ثم يرفع من علي النار.
- ٤ - يضاف اللبن تدريجياً إلى مخلوط البيض والسكر ويؤخذ الناتج ويتم إمراره فى مصفاة سلك.
- ٥ - يتم تسخين كمية أخرى من السكر مع قليل من الماء إلى مرحلة ما قبل الإحتراق - ثم تصب فى قوالب الإعداد .
- ٦ - يصب خليط الكريم كراميل فى القوالب - ويتم تسخينها فى فرن أو فى حمام مائى.
- ٧ - تبرد القوالب ثم توضع فى الثلاجة حوالى ٣ - ٤ ساعات فى الفريزر، ثم تنقل إلى جزء التبريد ، وتقلب عند التقديم ، حيث تستخدم مثلجة وتوضع القرفة على السطح للتجميل.

-نصائح تطبيقية وصحية :

يمنع عن مرضى القلب والسكر والتهاب الكبد.

- الحفظ اثناء الاستهلاك :

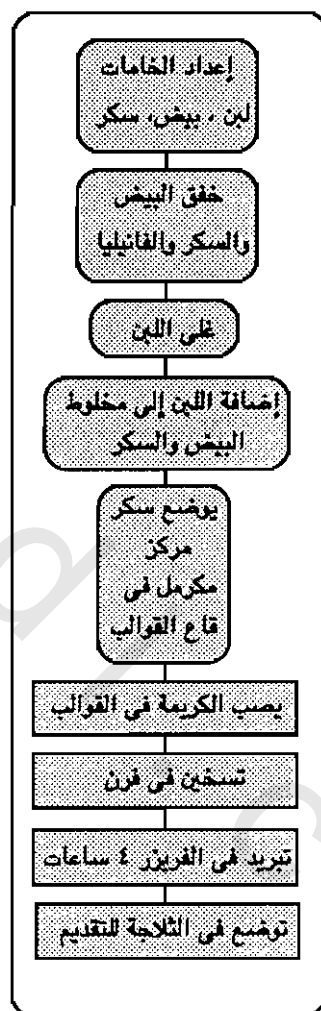
فى ظروف تبريد فى الثلاجة.

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر) : ٢١٠

الفيتامينات : متوسطة : (ا)
 الأملاح المعدنية : عالية : بوتاسيوم
 منخفضة : ثيامين وريبوفلافين
 متوسطة : كالسيوم وفوسفور
 المكونات الأساسية للطعام:

بروتين ١١ % كربوهيدرات ٤٥ % دهون ١٠ %



شكل (٨٢)
 طريقة إعداد الكريم كراميل

Pears

Pyrus communis

الفدأء: كمثرى

الاسم العلمى:



أولاً: علامات ومظاهر الجودة:

الخواص الظاهرية

- الشكل: مخروطية الشكل خالية من الحشرات والتبقع.
- اللون: تميل إلى الإصفرار.
- الحجم: يفضل الأحجام الكبيرة.
- أخرى: غير حجرية - أو مهرية زائدة فى النضج.

الخواص الداخلية

- الطعم: حلو المذاق - خالية من الخلايا الحجرية .
- الرائحة: رائحة تظل من المواد الغريبة.
- التجانس: يفضل التجانس فى اللون و الحجم و الطعم.
- أخرى: ناعمة المقطع.

ثانياً: المحتويات الغذائية: (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر): ٦١

الفيتامينات:

نسبة منخفضة: (ح) ، الريبوفلافين

الأملاح المعدنية:

نسبة متوسطة: البوتاسيوم

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين ٠,٦١ % كربوهيدرات ١٥,٣ % دهون ٠,٦١ %

ثالثاً: طريقة التداول و النقل: يتم تداولها فى صناديق كرتون - أو أقفاص خشبية مع

تبطينها بالورق - مع إجراء لف لكل ثمرة بالورق الشمعى .

رابعاً: التخزين النموذجى:

- فى الجو العادى ٢٠ - ٢٥ °م: يوم إلى ثلاثة تبعاً لمرحلة النضج و المعاملة .

- التبريد +٥ الى ١٠ °م: شهر-شهرين .

- التجميد -١٠ الى ١٨ °م:

طريقة التصنيع / الاعداد : الكمثرى المحفوظة فى محلول سكرى

- موسم التنفيذ: أغسطس - سبتمبر .
- الخامات المطلوبة: كمثرى ، سكر ، عصير ليمون ، أو حامض ستريك .
- المستلزمات والمعدات: حلة بخار - مصدر حرارى - برطمانات - سكاكين .

طريقة التنفيذ

- ١ - يتم فرز الكمثرى و يستبعد التالف و المصاب حشرياً كذلك الكمثرى الطرية أو المهرية .
- ٢ - يتم تقشير الكمثرى مع إجراء عملية تنظيف للقلب الوسطى المتحجر .
- ٣ - توضع الكمثرى فور تقشيرها و تقطيعها إلى أنصاف أو أرباع فى محلول ماء يحتوى على قليل من الحامض (الليمون) وذلك يساعد على منع التلون الذى يحدث للأطراف ويضاف لذلك ٢ ملعقة صغيرة ليمون / لتر ماء .
- ٤ - يعد محلول سكرى مركز (عسل) بإذابة ما يقرب من ٤٠٠ جرام سكر نقى مبلور فى حوالى لتر من الماء ويساعد الفليان فى ذلك .
- ٥ - تملأ البرطمانات بالمحلول السكرى المركز الساخن بعد وضع الفاكهة فى البرطمانات .
- ٦ - يجرى تعقيم للبرطمانات داخل حلة بخار (طبخ) تحت ضغط لمدة ٥-١٠ دقائق - و توضع البرطمانات على قاع كاذب داخل الحلة حتى لا تتأثر بالحرارة مع وضع الغطاء عليها دون إحكام للغلق - و ترك مسافة حوالى ٢سم كفراغ لتمدد المنتجات أثناء المعاملة الحرارية ، ثم تترك البرطمانات على لوحة خشبية حتى تبرد ثم يحكم غلقها على أن تخزن البرطمانات فى مكان بارد مظلم.

نصائح تطبيقية وصحية :

- الاستخدام: يضاف إلى سلطة الفواكه أو عند إعداد التورتات فى عمليات التجميل .
- الحفظ أثناء الاستهلاك: تحفظ فى الثلاجة.
- الشئون الصحية: يمنع عن مرضى السكر و المرارة و الدوسنتاريا و الاسهال .



شكل (٨٢)
طريقة إعداد الكمثرى في محلول سكري.



طريقة التصنيع / الإعداد:

- موسم التنفيذ : أى وقت من العام وفى المواسم.
- الخامات المطلوبة : دقيق - ملح - ماء - سمن - سكر - مكسرات للحشو - محلول سكرى.
- المستلزمات والمعدات : وحدة عجن - وحدة تشكيل مثقبة - صوانى مسطح ساخن - فرن خبيز.

طريقة التنفيذ :

- ١ - يتم نخل الدقيق للتأكد من نظافته قبل الإستخدام.
- ٢ - يعد معلق من الدقيق والماء بنسبة ١ : ١ مع إضافة قليل من الملح.
- ٣ - تترك العجينة فترة ساعة راحة.
- ٤ - يتم صب العجينة فى قوالب التشكيل المثقبة.
- ٥ - تنقل العجينة على هيئة خيوط على مسطح ساخن فترة حوالى ١/٢ - ١ دقيقة - ثم تجمع بعدها.
- ٦ - تعد صوانى الكثافة وتدهن بطبقة من السمن ثم توزع الكثافة على الصينية - مع وضع طبقة حشو فى الجزء الوسطى - مع كمية من السمن المقنوح الساخن.
- ٧ - يتم إدخال الصينية إلى فرن للتسوية - أو تستخدم الشعلات العادية فى تسويتها مع إجراء عملية قلب ثم إعادة التسوية.
- ٨ - يتم إعداد محلول سكرى (١ سكر : ١ ماء) ويعقد فى وجود عصير ليمونة ويرش على وجه الصينية عقب خروجها من الفرن.

نصائح تطبيقية وصحية :

تمنع عن مرضى السكر والمرارة والتهاب الكبد.

- الحفظ اثناء الاستهلاك :

تحفظ فى الجو العادى مغطاة - او فى ظروف تبريد فى الثلاجة

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر) : ٣٩٥

الفيتامينات : منخفضة : ثيامين وريبوفلافين

ضئيلة : حديد

الأملاح المعدنية : منخفضة : بوتاسيوم وفوسفور

المكونات الأساسية للطعام :

دهون % ١٥

كربوهيدرات % ٦٠

بروتين % ٥



شكل (٨٤)

طريقة تصنيع وإعداد الكنافة الحلوة

Squash, summer
Cucurbita pepo

الفدأء: كوسة
الاسم العلمى:



أولاً: علامات ومظاهر الجودة:

الخواص الظاهرية:

- الشكل: ثمار اسطوانية مستطيلة الشكل خالية من الثقوب.
- اللون: خضراء اللون.
- الحجم: يفضل الأحجام الصغيرة.
- أخرى: يفضل الثمار غير المنحنية و التى ليس بها عيوب نباتية.

الخواص الداخلية:

- الطعم: مميز و خالى من المرارة .
- الرائحة: مفضلة و خالية من الروائح الغريبة.
- التجانس: يفضل التجانس فى مكونات الثمار.
- أخرى:

ثانياً: المحتويات الغذائية: (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر): ٢٨

الفيتامينات:

نسبة ضئيلة: الثيامين و الريبوفلافين

نسبة متوسطة: (ج)

الاملاح المعدنية:

-آثار من الكالسيوم و الفوسفور

نسبة ضئيلة: الحديد

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين ٠,٦ % كربوهيدرات ٥,٩ % دهون ٠,٢ %

ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

فى أجولة أو مشنات و يتم النقل بواسطة وسائل النقل العادية .

رابعاً: التخزين النموذجى:

- فى الجو العادى ٢٠ - ٢٥ °م: يوم إلى ثلاثة أيام .
- التبريد +٥ الى ١٠ °م: أسبوع - شهر .
- التجميد -١٠ الى ١٨ °م:



أولاً: علامات ومظاهر الجودة:

الدواص الظاهرية

- الشكل: يأخذ شكل القوالب مستديرة أو مستطيلة.
- اللون: يفضل اللون البنى الذهبى.
- الحجم: يفضل الحجم النوعى المرتفع.
- أخرى: يفضل الكيك ذو الإرتفاع الواحد من كل الجوانب.

الدواص الداخلية

- الطعم: حلو ويخلو من أى آثار حموضة من مسحوق الخبز.
- الرائحة: مميزة تخلو من الزفارة التى يسببها البيض.
- التجانس: يفضل وجود تجانس فى المقطع الداخلى.
- أخرى: يفضل عدم وجود خشونة فى الملمس.

ثانياً: المحتويات الغذائية: (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر): ٢٩٦

الفيتامينات:

نسبة منخفضة: (أ) ، الريبوفلافين

الأملاح المعدنية:

نسبة منخفضة: فوسفور و بوتاسيوم

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين ٨,٨ % كربوهيدرات ٤١,٧ % دهون ٦,٠٨ %

ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

يتم التداول و النقل فى عبوات بولى إيثيلين أو أظباق
رقائق الألومنيوم مغلقة ، و يحفظ فى الثلاجة .

رابعاً: التخزين النموذجى:

- فى الجو العادى ٢٠ - ٢٥ °م: يوم - ثلاثة أيام .
- التبريد + ٥ الى ١٠ °م: اسبوع - عشرة أيام .
- التجميد - ١٠ الى ١٨ °م: يمكن حفظه إلى ما يقرب من ٣ - ٦ شهور .

طريقة التصنيع / الإعداد : كيك اسفنجى

- موسم التنفيذ: فى أى وقت من العام وفى المناسبات.
- الخامات المطلوبة: دقيق فاخر - سكر ناعم - مسحوق خبيز - بيض طازج - فانيليا .
- المستلزمات والمعدات: وحدة عجن و خلط و خفق ، قوالب أو صينية مستديرة - فرن خبيز .

طريقة التنفيذ

- تعد أوزان متساوية من الدقيق والسكر والبيض .
- (١) يتم نخل الدقيق للتخلص من أى تكتلات أو حشرات أو أطوارها .
 - (٢) يتم نخل السكر الناعم المستخدم لتجنب وجود كتل ثقيلة الوزن.
 - (٣) يتم توزيع مسحوق الخبيز بانتظام على الدقيق المستخدم بنسبة ٥٪ من وزن الدقيق.
 - (٤) يخفق البيض بالمضرب اليدوى أو الكهربائى لمدة حوالى ٥ دقائق فى وجود الفانيليا .
 - (٥) يضاف السكر الناعم (المطحون) Icing sugar تدريجياً مع الخلط حتى يتم تكوين مخلوط متجانس.
 - (٦) يضاف إلى المخلوط من الخطوة (٥) الدقيق بالتدريج مع إستخدام وحدة العجن فى الخلط حتى تمام التجانس.
 - (٧) تعد قوالب الكيك و تدهن بطبقة دهنية و ترش بطبقة من الدقيق (تنسيم) .
 - (٨) يوضع العجين فى القوالب و يدخل مباشرة إلى الفرن.
 - (٩) يتم التسويه فى الفرن فى مده من ٢٠ - ٣٠ دقيقة تقريباً.
 - (١٠) يستخدم مباشرة أو يعبأ و يحفظ فى الفريزر.

نصائح تطبيقية وصحية :

- الاســـــــــــــــخدام: مصدر جيد من مصادر الطاقة أو أساس لعمل التورتات و الجاتوه .
- الحفظ اثناء الاستهلاك: يحفظ فى الثلاجة أو الفريزر .
- الشــــــــــــنــــــــــــون الصحية: لا يستخدم لمرضى السكر أو المرارة أو الصفراء والتهاب الكبد الوبائى والدوستاريا والإسهال .



شكل (٨٥)
طريقة تصنيع الكيك الاسفنجي.



أولاً: علامات و مظاهر الجودة:

الخواص الطاهرية

- الشكل: يأخذ شكل القوالب المستديرة أو المستطيلة.
- اللون: يلاحظ اللون البنى الذهبى.
- الحجم: يصغر الحجم نسبياً بالمقارنة بالكيك الإسفنجى.
- أخرى: يفضل الكيك موحد الارتفاع.

الخواص الداخلية

- الطعم: طعم مفضل و ملمس دهنى مع خلوه من آثار الحموضة.
- الرائحة: رائحة مميزة تخلو من زفارة البيض.
- التجانس: هناك تجانس و صغر فى حجم خلايا المقطع الداخلى.
- أخرى: يفضل خلو الأطراف من وجود حروق (لون أسود).

ثانياً: المحتويات الغذائية: (محتوى ١٠٠ اجم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر): ٣٦٥

الفيتمينات:

نسبة منخفضة: (١) ، الريبوفلافين

الأملاح المعدنية:

نسبة منخفضة: فوسفور ، كالسيوم ، بوتاسيوم

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين % ٤,٦٤ كربوهيدرات % ٥٥,٦ دهون % ١٣,٩

ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

التداول و النقل بنفس أسلوب الكيك الإسفنجى فى عبوات بولى إيثيلين أو ألومنيوم فويل (رقائق الألومنيوم) مع الحفظ فى الثلاجة .

رابعاً: التخزين النموذجى:

- فى الجو العادى ٢٠ - ٢٥ °م: يوم الى ثلاثة أيام .
- التبريد +٥ الى ١٠ °م: أسبوع .
- التجميد -١٠ الى -١٨ °م: يحفظ لمدة تصل إلى ثلاثة شهور أو أكثر .

طريقة التصنيع / الإعداد : الكيك الدهنى

- موسم التنفيذ: فى أى وقت من العام .
- الخامات المطلوبة: دقيق فاخر، سكر ناعم، مسحوق خبيز، بيض، فانيليا، دهن، لبن .
- المستلزمات والمعدات: وحدة عجن و خلط و خفق، قوالب أو صينية مستديرة، فرن خبيز، سكين .

طريقة التنفيذ

- (١) يتم إعداد النسب المقترحة التالية من الخامات:
 - دقيق ١٠٠ جم - مسحوق خبيز ٥٪
 - سكر ٩٥ جم - فانيليا ٢٪
 - بيض ٤٠ جم
 - دهن ٢٥ جم (سمن أو زبدة)
 - لبن ٦٠ جم
- (٢) يتم نخل الدقيق و السكر.
- (٣) يتم توزيع مسحوق الخبيز على جميع الدقيق .
- (٤) يتم إعداد الكريمة من خلال خلط السكر الناعم مع المصدر الدهنى.
- (٥) يتم خفق البيض و يضاف له الفانيليا حتى يظهر بلون أصفر ذهبى و تزول زفارة البيض .
- (٦) يتم إضافة البيض المخفوق تدريجياً إلى الكريمة السكرية .
- (٧) يضاف الدقيق تدريجياً و يتم العجن و يستعان بإضافة اللبن للوصول إلى قوام مناسب يمكن أن يصب فى القوالب .
- (٨) تعد القوالب و تدهن بطبقة دهنية و توضع بها العجينة حتى ثلث حجمها .
- (٩) يتم تسوية الكيك فى الفرن لمدة نصف ساعة.
- (١٠) يعبأ بعد التهوية.

نصائح تطبيقية وصحية :

- الاســـــــــــــــخدام: مصدر معتاز من مصادر الطاقة ويصلح كأساس فى التورتات و الجاتوه.
- الحفظ اثناء الاستهلاك: يحفظ فى الثلاجة.
- الششئون الصحية: يمنع عن مرضى السكر والمرارة والصفراء والتهاب الكبد الوبائى والدوستاريا والإسهال.



شكل (٨٦)
طريقة تصنيع الكيك الدهني



أولاً: علامات ومظاهر الجودة:

الخواص الظاهرية

- الشكل: مختلف الشكل تبعاً لشكل القالب.
- اللون: الخارجى بنى ذهبي و الداخلى أبيض مصفر.
- الحجم: يفضل الحجم المرتفع للكيك.
- أخرى: يفضل وجود تساقط فى الارتفاع.

الخواص الداخلية

- الطعم: حلوى خالى من أى آثار لحموضة مسحوق الخبيز و خالى من الزفارة.
- الرائحة: مميزة خالى من الزفارة.
- التجانس: يفضل التجانس بين المكونات فى أجزاء الكيك المختلفة.
- أخرى: اللون الداخلى للمقطع سمى مصفر فاتح.

ثانياً: المحتويات الغذائية: (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعرة): ٢٤٨

الفيتامينات:

نسبة منخفضة: الريبوفلافين

الأملاح المعدنية:

نسبة منخفضة: بوتاسيوم

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين ٦,٥ % كربوهيدرات ٥٥, - دهون ٠,٤ %

ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

يتم التداول و النقل فى عبوات مع الحفظ فى الثلاجات تحت التجميد .

رابعاً: التخزين النموذجى:

- فى الجو العادى ٢٠ - ٢٥ م°: يومين - ثلاثة .
- التبريد +٥ الى ١٠ م°: أسبوع - عشرة أيام .
- التجميد -١٠ الى ١٨ م°: حوالى ٢ - ٦ شهور .

نصائح تطبيقية وصحية :

- الاســـــخدام: يمكن إستخدامه لمرضى تصلب الشرايين لخلوه من صفار البيض الذى يحتوى على الكولستيرول .
- الحفظ اثناء الاستهلاك: يحفظ فى الثلاجة.
- الشئون الصحية: يتم تجنبه لمرضى السكر و المرارة و الدوستاريا و الإسهال .



شكل (٨٧)
طريقة تصنيع كيك الملاك