

Spinach  
Spinacia oleracea

الفاخ: سبانخ  
الاسم العلمى:



## أولاً: علامات ومظاهر الجودة:

الخواص الظاهرية

- الشكل: شكل الأوراق لامع دليل على الطزاجة .
- اللون: لون الأوراق أخضر نون تلوّن أصفر.
- الحجم: يفضل حجم الأوراق المتوسطة.
- أخرى: يفضل السيقان الصغيرة الغضة.

الخواص الداخلية، (المطبوخة).

- الطعم: طعم يخلو من الغضاضة.
- الرائحة: رائحة طبيعية.
- التجانس: يفضل التجانس فى المكونات.
- أخرى: .....

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

الطاقة (سعر): ٤٤

الڤيتامينات:

نسبة منخفضة: ثيامين ، ريبوفلافين ، نياسين

نسبة عالية: (أ) ، (جـ)

الأملاح المعدنية:

نسبة عالية: بوتاسيوم نسبة متوسطة: حديد و كالسيوم نسبة منخفضة: فوسفور

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين % ٢.٥ كربوهيدرات % ٣.٣ دهون % ٠.٥

## ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

يتم التداول و النقل فى أقفاص أو مشترات مبطننة مع تغطية السبانخ بغطاء رطب منعاً من سرعة الذبول .

## رابعاً: التخزين النموذجى:

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

## طريقة التصنيع / الإعداد : سبانخ مجمدة

### Spinach , Frozen

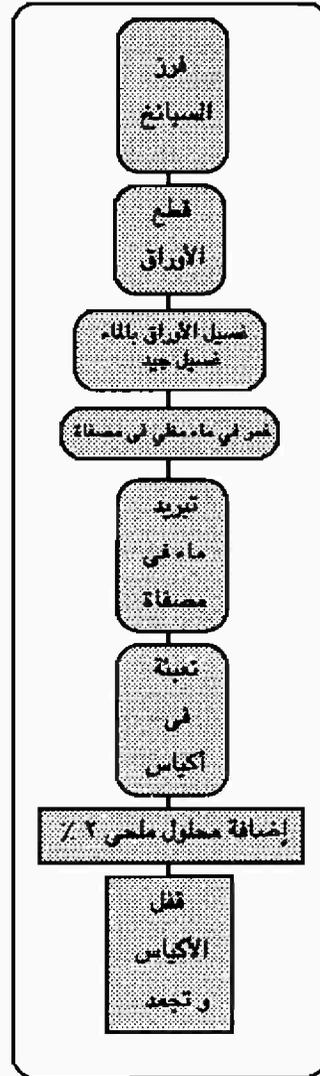
- موسم التنفيذ: أكتوبر - نوفمبر.
- الخامات المطلوبة: سبانخ - ملح طعام.
- المستلزمات والمعدات: حلة - مصدر حرارى - أكياس بولى إيثيلين .

#### طريقة التنفيذ

- (١) يتم فرز السبانخ وتستبعد الصفراء وكذلك الشائخة.
- (٢) تختار العيدان الغضة وتقطع الأوراق منها وتغسل جيداً.
- (٣) توضع الأوراق فى مصفاة وتغمر فى ماء مغلى لمدة دقيقتان.
- (٤) تعرض الأوراق فى المصفاة إلى ماء بارد من الصنبور حتى تمام التبريد.
- (٥) يتم تقريط و تفريد الأوراق لمنع تجمعها و توضع فى أكياس بولى إيثيلين ثم يوضع عليها محلول ملهى ٢ ٪ لتغطية الأوراق.
- (٦) تقفل الاكياس بالدباسة أو تلحم بواسطة طرف سكين ساخنة.
- (٧) الحفظ فى الفريزر لمدة تصل إلى عام.

#### نصائح تطبيقية وصحية :

- الاســـــــــــــــتخدام: خضروات محببة.
- الحفظ اثناء الاستهلاك: تحفظ فى الثلاجة فى ظروف التجميد
- الشئون الصحية: يحتاط فى إستخدامها لمرضى الكلى وتفضل للأطفال والشباب فى طورالنمو.



شكل (٥١)  
طريقة إعداد السبائح المجمدة.



## طريقة التصنيع / الإعداد:

- موسم التنفيذ: أى وقت من العام .
- الخامات المطلوبة: لحم مفروم - أغلفة الحشو(صناعية) أو طبيعية من المبار (أمعاء الحيوانات)-  
ليمون - توابل - ملح .
- المستلزمات والمعدات: نشا - دقيق فول صوريا - مواد حافظة.

## طريقة التنفيذ:

- (١) يتم اختيار أغلفة الحشو الصناعية أو الطبيعية مثل المبار ويتم غسلها جيداً.
- (٢) يعد اللحم المفروم ويضاف إليه التوابل و الليمون و الملح بنسب تبعاً لتعود و نوق المستهلك .
- (٣) قد يضاف بدائل لحوم مثال دقيق فول الصويا بنسبة فى حدود ٢.٥ - ٥٪ من وزن اللحوم .
- (٤) تضاف المواد الحافظة فى صورة نيتريت أو نترات صوديوم بنسبة ٠.١ جم - ٠.٥ جم لكل كيلو من اللحم .
- (٥) تعبأ اللحوم المخلوطة بالتوابل و المواد الحافظة فى الأغلفة - يتم غلقها لتصبح فى صورة صوابع بواسطة فتلة أو وحدات قفل خاصة فى المصانع .
- (٦) يحفظ مجمداً أو يستخدم مباشرة للإستهلاك كبديل عن اللحوم .

## نصائح تطبيقية وصحية :

يستخدم كبديل للحوم ويمكن إستخدام لحوم الدواجن فى حشو السجق بدلا من لحوم البقر و يمنع عن مرضى ضغط الدم و التهاب الكبد .

## - الحفظ اثناء الإستهلاك :

يحفظ مجمداً أو تحت ظروف التبريد فى الثلاجة .

**أهم المدلولات الغذائية :** (محتوى ١٠٠ جم مادة تُؤكل)

الطاقة (سعر) : ٢١٠

الفيتامينات : منخفضة : نياسين و ريبوفلافين .

ضئيلة : فوسفور .

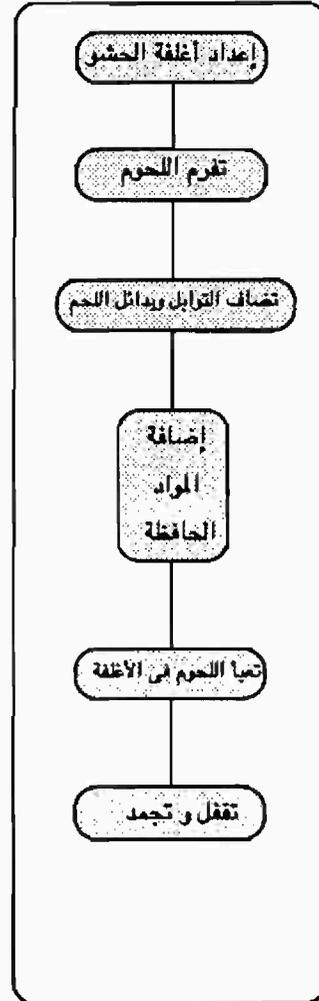
الأملاح المعدنية : منخفضة : حديد

المكونات الأساسية للطعام :

دهون % ١٤

كربوهيدرات % -

بروتين % ١٤



شكل (٥٢)  
طريقة إعداد السجق



## أولاً: علامات و مظاهر الجودة:

### الخواص الظاهرية

- الشكل: يتميز بوجود لمعان في السطح الخارجى.
- اللون: رمادى فاتح للسطح الخارجى و اللحم الداخلى أبيض مصفر.
- الحجم: الأحجام المتوسطة هي المفضلة.
- أخرى: .....

### الخواص الداخلية

- الطعم: خالى من الطعم او المذاق الفاسد.
- الرائحة: خالى من رائحة الزفارة الخاصة بالسمك.
- التجانس: التجانس في الحجم و الشكل مطلوب بين مكونات العلبه .
- أخرى: الخلو من الهوى.

## ثانياً: المحتويات الغذائية: ( محتوي ١٠٠ اجم مادة تؤكل )

الطاقة (سعر): ١٨٩

الفيتامينات:

نسبة متوسطة: النياسين      نسبة منخفضة: الريبوفلافين

الأملاح المعدنية:

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

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين % ٢٣,٥      كربوهيدرات % .....      دهون % ١٠,٥٨

## ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

يعبأ في علب صفيح و يستهلك مباشرة بعد فتح العلب .

## رابعاً: التخزين النموذجي:

- في الجو العادى ٢٠ - ٢٥ م° ستة شهور- سنة .
- التبريد +٥ الى ١٠ م° ستة - سنتين .
- التجميد -١٠ الى ١٨ م° .....

## طريقة التصنيع / الإعداد : تمليح السردين ( الطريقة الأجنبية )

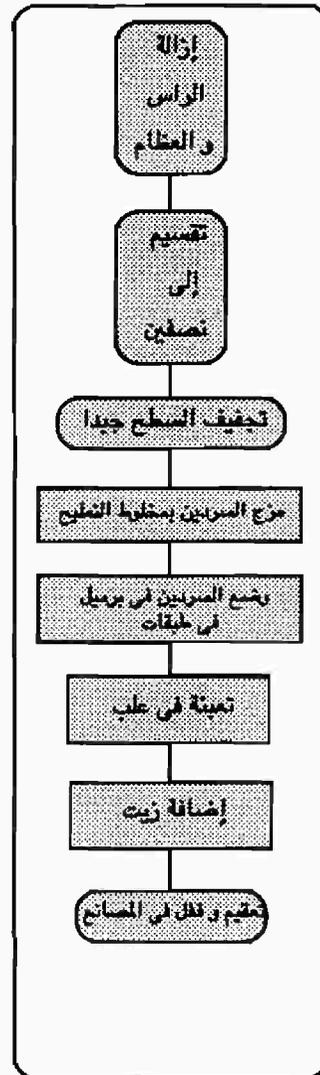
- موسم التنفيذ: تبعاً لموسم الصيد.
- الخامات المطلوبة: سردين - ملح - زيت طعام - سكر.
- المستلزمات والمعدات: علب صفيح ، سكين ، برطمانات ، براميل .

### طريقة التنفيذ

- و هي تصلى<sup>١</sup> شياً للسلامون.
- (١) سردين طازج حديث ، سيد .
  - (٢) يتم تجهيز السردين بإزالة و قطع الرأس مع تقسيم السمكة إلى نصفين والتخلص من السلسلة الظهرية والعظام.
  - (٣) إعداد محلول التمليح من الملح والسكر.
  - (٤) يمكن إضافة فلفل أسود بكمية قليلة وكذلك قليل من الفلفل الحريف الطازج ليعطى طعم أفضل.
  - (٥) يتم تجفيف سطح السردين جيداً مع مزج السردين جيداً بمخلوط الملح و السكر و الفلفل و الحبهان المطحون بنسبة (١٠٠ : ١٠٠ : ٥ : ١٠٠) .
  - (٦) يوضع السردين بالتبادل في البراميل أو وعاء التخليل (برطمان - صفيحة ) مع كبس السردين في طبقات عن طريق وضع طبق علوى و عليه ثقل ثم يقلل الوعاء جيداً ويغطى فوتمتة بورق شمعى أو رقائق الومنيوم.
  - (٧) بعد ستة أيام يؤكل مباشرة أو يحفظ في علب مع الزيت ويجرى عليها عملية تعقيم في المصانع .

### نصائح تطبيقية وصحية :

- الاســـــــــــــــم: مصدر بروتينى هام و كذلك مصدر للألاح المعدنية .
- الحفظ اثناء الاستهلاك: يحفظ في الثلاجة(مطفى) .
- الشئون الصحية: يتجنب إستهلاكه مرضى ضغط الدم وقرحة المعدة والإثنى عشر والقولون والدوستاريا.



شكل (٥٢)  
الطريقة الأفرنجية لتمليح السردين.



## طريقة التصنيع / الإعداد: تمليح بلدى

- موسم التنفيذ: أى وقت من العام .
- الخامات المطلوبة: سمك سردين - ملح خشن .
- المستلزمات والمعدات: براميل - برطمانات - صفائح .

### طريقة التنفيذ:

- (١) يتم إختيار السردين تبعاً للحجم و يفضل الكبير فى الحجم .
- (٢) يرص السردين فى الأوعية مع وضع طبقات من الملح الخشن بالتبادل مع السردين.
- (٣) يستخدم الملح بنسبة ٣٠ ٪ من وزن السردين .
- (٤) يتم الضغط على الطبقة السطحية من السردين بواسطة ثقل غير معدنى ( خشبى) ليظل السردين مغموراً فى الملح.
- (٥) تعلق الأوعية جيداً و يفتح عليها بعد حوالى شهر للإستهلاك.

### نصائح تطبيقية وصحية :

يمنع عن مرضى ضغط الدم و قرحة المعدة والإثنى عشر و القولون .

### - الحفظ اثناء الاستهلاك:

يحفظ فى المحلول الملحى أو فى أوعية داخل الثلاجة مغطاة تحت تبريد .

### أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر): ٢٠٦

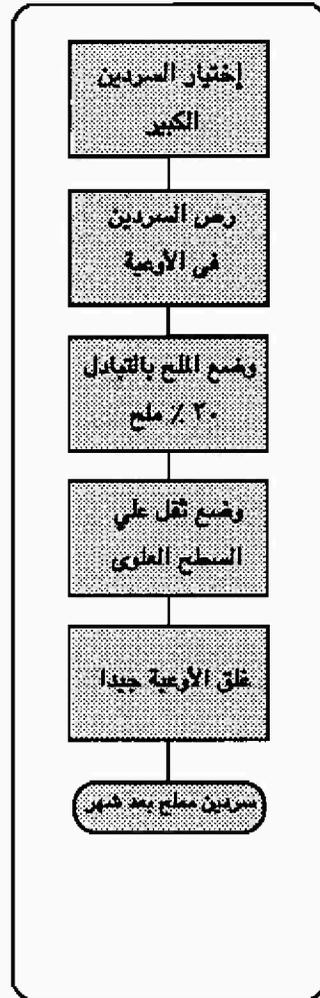
الفيتامينات : منخفضة : ريبوفلافين

منخفضة : حديد

الأملاح المعدنية : عالية : كالسيوم و بوتاسيوم

### المكونات الأساسية للطعام :

بروتين ٪ ٢٣ كربوهيدرات ٪ ..... دهون ٪ ١٠,٥



شكل (٥٤)  
طريقة السردين المالح



### طريقة التصنيع :

- موسسم التنفيذ : مواسم تواجد القصب.
- الخامات المطلوبة : قصب السكر *Saccharum officinarum*
- المستلزمات والمعدات : خط إنتاج تجارى لمصنع سكر القصب.

### طريقة التنفيذ ،

- ١ - إستقبال ونقل القصب إلى خط الإنتاج.
- ٢ - عملية غسيل وتنظيف العيدان.
- ٣ - عملية تقطيع عرضى وطولى للعيدان.
- ٤ - إجراء عملية العصر فى معاصر القصب ثلاثية السلندرات.
- ٥ - تجرى عملية الترويق وضبط درجة الحموضة عند مستوى 7 P<sup>H</sup> بواسطة لبن الجير.
- ٦ - يستعان فى النظام المستمر بعملية تصفية مستمرة بواسطة أجهزة نور كلون .
- ٧ - يتم تركيز العصير الرائق فى أجهزة تركيز تحت تفريغ على مراحل حتى تصل إلى عصير مركز يحتوى ٥٠ - ٧٠ ٪ سكر .
- ٨ - تجرى عملية البلورة فى حلال خاصة مع وجود نواة من السكر المبلور - مع إجراء طرد مركزى للتخلص من المولاس - والحصول على السكر الخام - الذى يكرر بعد ذلك فى عدة خطوات.

### نصائح تطبيقية وصحية :

يبتعد فى إستخدامه عن مرضى السكر.

### - الحفظ اثناء الاستهلاك :

يحفظ فى مناطق جافة بعيداً عن الرطوبة فى أجولة - أو عبوات محكمة الغلق.

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر): ٣٩٨

الفيتامينات:.....

الأملاح المعدنية :.....

المكونات الأساسية للطعام : بروتين % ..... كربوهيدرات % ٩٩.٥ دهون % .....



شكل (٥٥)

طريقة تصنيع السكر من القصب



### طريقة التصنيع :

- موسم التنفيذ : أى وقت من العام.
- الخامات المطلوبة : نرة صفراء - أو نشا نرة - أو معلق نشا نرة.
- المستلزمات والمعدات : خط تصنيع جلوكوز لمصنع تجارى.

### طريقة التنفيذ :

- ١ - يتم الحصول على معلق نشا كثافته ٢٠ - ٢٢ يومية من خط إنتاج النشا - ويوجه إلى خط إنتاج الجلوكوز.
- ٢ - تجرى خطوة تحلل مائى لمعلق النشا وذلك باستخدام الحامض فى حبل ترفع فيها درجة الحرارة إلى ١٢٥ م<sup>٠</sup> ويضبط الضغط الجوى عند ١.٥ ضغط جوى.
- ٣ - توقف المعاملة عند الوصول إلى نسبة تحلل مرتفعة.
- ٤ - يوجه ناتج التحلل إلى وحدة التنقية والتي عبارة عن وسادة من الكربون يعلق بها أى شوائب وتحسن اللون.
- ٥ - يوجه ناتج التحلل من الجلوكوز إلى تانكات التركيز للجلوكوز وتعامل بالحرارة عند ٨٠ م<sup>٠</sup> - وتؤدى المعاملة إلى رفع نسبة الجلوكوز والتخلص من الرطوبة ، والحصول على جلوكوز يتراوح تركيز الجلوكوز والسكريات المختزلة فيه بين ٣١ - ٤٠٪ ويمكن إنتاج نوعية تصل نسبة السكريات بها إلى ٥٠٪ وفى أحيان أخرى إلى ٧٥٪ ، ويمبأ فى صفائح أو براميل .

### نصائح تطبيقية وصحية :

يستخدم بكثرة فى صناعة الحلويات بسبب عدم قابليته للتبلور ويمنع عن مرضى السكر.

### - الحفظ اثناء الاستهلاك :

يحفظ فى نفس العبوات فى الجور العادى.

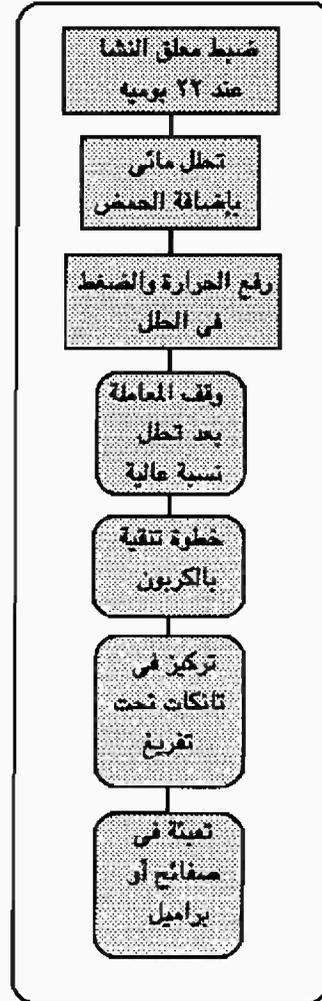
أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر) : ٢٢٠ [ في حالة وجود ٤٠٪ سكريات مختزلة ، و ٤٠٪ سكريات ثنائية متعددة].  
الفيتامينات : .....

الأملاح المعدنية : .....

المكونات الأساسية للطعام:

بروتين ١٪      كربوهيدرات ٨٠٪      دهون ٠.٠٠٠٪



شكل (٥٦)  
طريقة تصنيع عسل الجلوكوز

Sesame seeds  
Sesamum orientale

الفداز: سمسم  
الاسم العلمي:



## أولاً: علامات ومظاهر الجودة:

الخواص الظاهرية

- الشكل: بذور تميل إلى الإستدارة.
- اللون: أبيض إلى أبيض مصفر.
- الحجم: حجم صغير ولا يزيد أقصى قطر لها عن ٥ مم.
- أخرى: خالية من الإصابة الحشرية.

الخواص الدلالية

- الطعم: تتميز بطعم دهني.
- الرائحة: خالية من التزنخ.
- التجانس: متجانس في الطعم والرائحة
- أخرى: .....

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

الطاقة (سعر): ٦٢٢

الليتامينات:

نسبة عالية: كالسيوم، فوسفور، و حديد

الأملاح المعدنية:

نسبة عالية: ثيامين      نسبة متوسطة: نياسين      نسبة منخفضة: ريبوفلافين

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين % ٢٠ -      كربوهيدرات % ١٣٫٩ -      دهون % ٥٫٤

ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

يتم التداول والنقل في أجولة من الجوت، والنقل بواسطة وسائل النقل العادية، ويستخدم في صناعة الطحينة والحلوة الطحينية .

رابعاً: التخزين النموذجي:

- في الجو العادي ٢٠ - ٢٥ م°: شهر - ثلاثة شهور .
- التبريد +٥ الى ١٠ م°: حتى ٦ شهور .
- التجميد -١٠ الى ١٨ م°: .....



## طريقة الإعداد :

- موسم التنفيذ : فى أى وقت من العام.
- الخامات المطلوبة : خامات إعداد الكيك الأسفنجى (أنظر ص ٢٤٥) + مرى + ورق شمعى.
- المستلزمات والمعدات : صوانى - ورق شمعى - سكين مشرشر.

## طريقة التنفيذ :

- ١ - يتم إعداد كيكة أسفنجية بنفس الطريقة (ص ٢٤٥) ويتم خبزها فى صينية مستطيلة مدهونة بالزبد وقليل من الدقيق.
- ٢ - فور إنتهاء الخبز - تترك الكيكة تبرد (تهوية فقط) وتقلب الكيكة على ورق شمعى (ورق زبدة) على طبقة من السكر الناعم.
- ٢ - تقطع الأطراف الجافة بواسطة سكين.
- ٤ - يدهن السطح العلوى بطبقة من المرى (المشمش).
- ٥ - يتم إجراء طى (لف) بالإستعانة بالورق الشمعى نون أن يدخل الورق مع عملية اللف - وتبقى الورقة مغلقة من الخارج.
- ٦ - بعد تمام التبريد ، يتم التقطيع بسكين مشرشر إلى الأحجام المطلوبة.

## نصائح تطبيقية وصحية :

غنى فى السعرات ويبتعد عن مرضى السكر والمرارة والتهاب الكبد.

## - الحفظ اثناء الاستهلاك :

تحفظ فى الثلاجة تحت ظروف تبريد.

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر) : ٢٧٠

ضئيلة : (١)

الفيتامينات : منخفضة : ثيامين وريبوفلافين

الأملاح المعدنية : منخفضة : فوسفور و بوتاسيوم

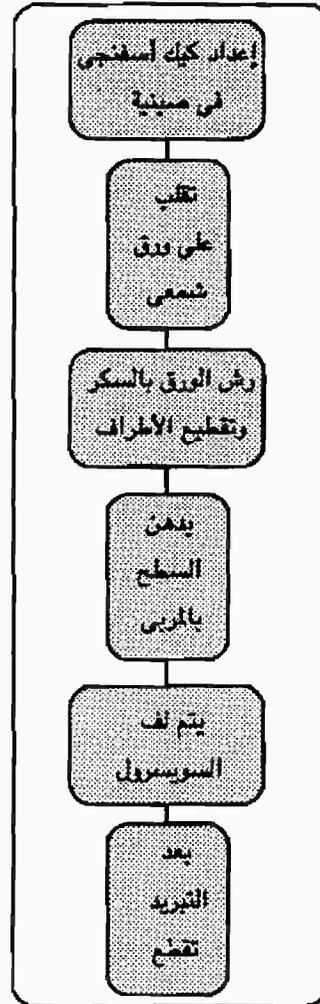
ضئيلة : حديد

المكونات الأساسية للطعام :

بروتين ٨ %

كربوهيدرات ٤٦.٨ %

دهون ٥.٥ %



شكل (٥٧)  
طريقة اعداد السويسرول بالمربي



## أولاً: علامات ومظاهر الجودة:

### الخواص الظاهرية

- الشكل: حبيبات منتظمة الشكل خالية من الحشرات وأطوارها .
- اللون: أصفر و يميل إلى اللون الكهرماني.
- الحجم: متجانسة في حجم الحبيبات.
- أخرى: خالية من أى آثار للردة أو البقع السوداء.

### الخواص الدخلية (البسبوسة).

- الطعم: حلو خالية من أى طعم غريب.
- الرائحة: خالية من أى روائح غريبة.
- التجانس: تجانس فى اللون و الحجم.
- أخرى: خواص جيدة للمكسرات المستخدمة.

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

### الطاقة (سعر): ٣٧.

### الفيتامينات:

نسبة متوسطة: ثيامين ، ريبوفلافين

### الأملاح المعدنية:

نسبة عالية: بوتاسيوم ، فوسفور

### المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين % ١٠      كربوهيدرات % ٦٠      دهون % ١٠

## ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

يتم التداول فى أجمولة ٥٠ كجم و للمستهلك فى أكياس بولى إيثيلين - و يضاف للمبوات الصغيرة (سكر + مسحوق خبيز + فانيليا) .

## رابعاً: التخزين النموذجى:

- فى الجو العادى ٢٠ - ٢٥ م°: أسبوع وتبعاً لدرجة حرارة الجو .
- التبريد + ٥ الى ١٠ م°: شهر - شهرين .
- التجميد - ١٠ الى ١٨ م°: .....