

Mango
Mangifera indica

الفدائى: مانجو
الاسم العلمى:



أولاً: علامات ومظاهر الجودة:

الخواص الظاهرية

- الشكل: يخلو السطح الخارجى من البقع السوداء.
- اللون: أصفر فى معظم الأصناف.
- الحجم: يفضل الأحجام الكبيرة.
- أخرى: متماسكة الأنسجة.

الخواص الداخلية

- الطعم: حلو تصاحبه نكهة جيدة.
- الرائحة: رائحة مميزة.
- التجانس: يفضل التجانس فى التركيب بين أجزاء الثمرة.
- أخرى: يفضل أصناف المانجو ذات النواة الصغيرة و قليلة الألياف.

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

الطاقة (سعر): ٦٨

الفيتامينات:

نسبة ضئيلة: ريبوفلافين

نسبة عالية: (ا) ، (ح)

الاملاح المعدنية:

نسبة منخفضة: كالسيوم ، حديد

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين % ٠,٨ - كربوهيدرات % ١٦, - دهون % ٠,٢٥

ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

يتم التداول فى أقفاص مبطنه - أو كراتين مبطنه و تنقل فى السيارات غير المبردة أو المبردة لمسافات طويلة .

رابعاً: التخزين النموذجى:

- فى الجو العادى ٢٠ - ٢٥ م°: أسبوع - أسبوعين تبعاً لمرحلة النضج .
- التبريد +٥ الى ١٠ م°: شهر- شهرين تبعاً للنضج و الصنف .
- التجميد -١٠ الى ١٨ م°: سنة إلى سنتين فى حالة اللب المقسم بالسكين .

طريقة التصنيع / الإعداد : شراب المانجو(شربات المانجو)

Mango Syrup

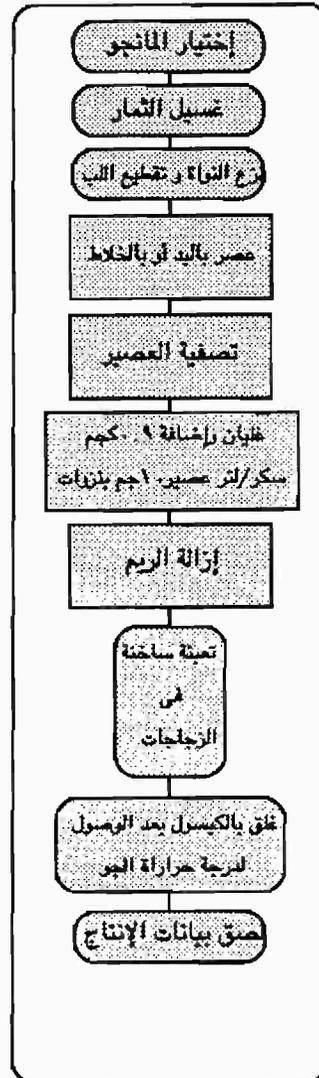
- موسم التنفيذ: يوليو - اغسطس.
- الخامات المطلوبة: مانجو - سكر - بنزوات الصوديوم .
- المستلزمات والمعدات: حلة - مصدر لهب - زجاجات - فل - كبسول - سكين - شاش.

طريقة التنفيذ

- (١) تختار المانجو ذات درجة النضج التام و الخالية من التلف والإصابات .
- (٢) يتم غسل جيد للمانجو للتخلص من أى أتربة أو مواد عالقة.
- (٣) يتم نزع النواة و تقطيع اللب الداخلى بالسكين .
- (٤) تجرى عملية عصير باليد أو تضرب بالخلاط.
- (٥) يتم تصفية عصير المانجو لإستبعاد الألياف بالشاش.
- (٦) يوزن العصير الناتج و يضاف اليه السكر بنسبة ٩ .٠ كجم سكر لكل كتر من العصير المصفى.
- (٧) يضاف بنزوات الصوديوم بنسبة ١ جم لكل لتر شراب.
- (٨) يتم تسخين الشراب حتى الغليان مع استمراره بعد الوصول إلى الغليان لمدة دقيقة .
- (٩) كشط الريم المتكون و هو ساخن .
- (١٠) يعبأ الشراب فى الزجاجات مع الإستعانة بقمع زجاجى أو بلاستيك .
- (١١) يغلق بالفل أو الكبسول بعد أن تبرد الزجاجات.

نصائح تطبيقية وصحية :

- الاســــــــــــم: شراب حلو مفضل .
- الحفظ اثناء الاستهلاك: تحفظ الزجاجات مغلقة فى الثلاجة.
- الشئون الصحية: يستخدم بحرص لمرضى السكر والمرارة.



شكل (٩٤)
طريقة تصنيع شراب المانجو



طريقة التصنيع / الإعداد:

- موسم التنفيذ: يوليو - أغسطس .
- الخامات المطلوبة: مانجو - سكر .
- المستلزمات والمعدات: إناء مصدر حراراي - زجاجات - مصدر تعقيم .

طريقة التنفيذ:

- (١) يستخدم عصير المانجو الناتج من الخطوة رقم (٥) عند إعداد شراب المانجو ص ٢٧٦ .
- (٢) يضاف إلى العصير الناتج الماء بنسبة ١:١ و يستخدم العصير المخفف مع السكر بنسبة ٢٥:٧٠ .
- (٣) تضاف بنزوات الصوديوم بنسبة ١٪ بالنسبة للحجم .
- (٤) تجرى عملية غلي للعصير لمدة دقيقة واحدة .
- (٥) يبرد مباشرة و يعبأ في زجاجات .
- (٦) تعقم الزجاجات - ثم يحكم غلقها كما في ص ٢٤٠ (بند ٦) .
- (٧) تحفظ في مكان بارد مظلم - أو في الثلاجة تحت تبريد .

نصائح تطبيقية وصحية :

يسجل تاريخ الإنتاج ولا يستخدم لمرضى السكر و الحساسية و الحرارة.

- الحفظ اثناء الاستهلاك :

في الثلاجة مع إحكام الغلق .

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ اجم مادة تؤكل)

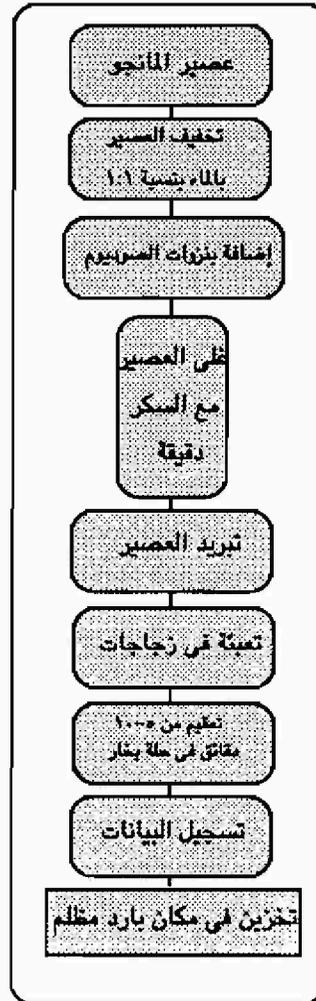
الطاقة (سعر) : ١٢٠

الفيتامينات : متوسطة : (ا) منخفضة : (ج) .

الأملاح المعدنية : ضئيلة : كالسيوم و حديد .

المكونات الأساسية للطعام :

بروتين ٪ ٠,٤ كاربوهيدرات ٪ ٢٠, - دهون ٪



شكل (٩٥)
طريقة تصنيع عصير المانجو



طريقة التصنيع / الإعداد:

- موسم التنفيذ: يوليو - أغسطس .
- الخامات المطلوبة: مانجو - سكر - زجاجات - مصدر تعقيم .
- المستلزمات والمعدات: إناء - مصدر حراري - زجاجات - مصدر تعقيم .

طريقة التنفيذ:

- (١) يستخدم عصير المانجو الناتج من الخطوه رقم (٥) عند اعداد شراب المانجو ص ٢٧٦ .
- (٢) يخفف العصير بنسبة ١:١ بالماء .
- (٣) يستخدم العصير المخفف مع السكر بنسبة ٨٥٪ عصير مخفف : ١٠ سكر ويتم التقليب جيداً حتى النويان .
- (٤) يضاف بنزوات الصوديوم بنسبة ١ جم إلى اللتر من المشروب .
- (٥) يعبأ المشروب فى الزجاجات ويعقم كما فى ص ٢٤٠ (بند ٦)
- (٦) يخزن فى مكان بارد مظلم - أو فى الثلاجة .

نصائح تطبيقية وصحية :

يسجل تاريخ الإنتاج ويمنع عن مرضى السكر والحساسيه و الحرارة.

- الحفظ اثناء الاستهلاك :

يحفظ فى الثلاجة.

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ اجم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر) : ٦٠

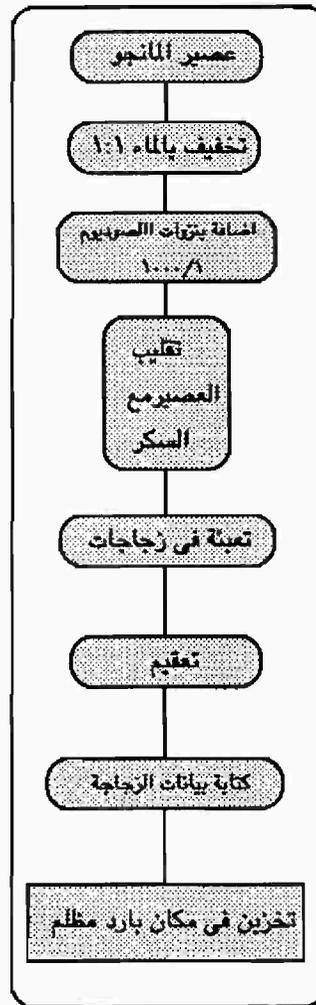
الفيتامينات : منخفضة : (١)

ضئيلة : (ح) .

الأملاح المعدنية : ضئيلة : كالسيوم وحديد .

المكونات الأساسية للطعام :

بروتين % ٠,٢ كربوهيدرات % - ١٥,٠ دهون %



شكل (٩٦)
طريقة تصنيع مشروب المانجو.



طريقة التصنيع / الإعداد:

- موسم التنفيذ : أى وقت وفى المناسبات.
- الخامات المطلوبة : صفار بيض - خل (أو عصير ليمون) - زيت نقى (زيت ذرة) - ملح - فلفل.
- المستلزمات والمعدات : وحدة خفق.

طريقة التنفيذ :

- ١ - تعد الخامات المطلوبة ويلزم لكل صفار بيضة واحدة ١/٨ كوب خل (أو عصير ليمون) وكذلك كوب من الزيت.
- ٢ - يستخدم إناء عميق لعملية الخفق ونو قاع صغير أو يمكن إستخدام وحدة الخفق فى خلاط منزلى.
- ٣ - يتم الخفق بصفة مستمرة أو على فترات.
- ٤ - ويتم وضع صفار البيض والفلفل الأسود (آثار) والخل فى الخلاط ويبدأ الخفق مع إضافة الزيت المستخدم فى صورة نقاط أو سرسوب حتى إنتهاء الكميات .
- ٥ - لا يتم إضافة الزيت إلا فى حدود الكمية التى تم فعلاً عليها عملية الإستحلاب السابقة التى تؤدى إلى زيادة واضحة فى حجم المايونيز تصل إلى ٢٠٠ ضعف الحجم الأسمى للمكونات.
- ٦ - يمكن إضافة مسلوق البسلة إلى المايونيز عند التقديم - أو يعبأ.

نصائح تطبيقية وصحية :

يمنع عن مرضى الكبد والقلب والمرارة والإسهال والدوستاريا.

- الحفظ اثناء الاستهلاك :

يحفظ فى الثلاجة تحت ظروف تبريد.

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر) : ٧٢٠

الفيتامينات : آثار من فيتامين (أ) .

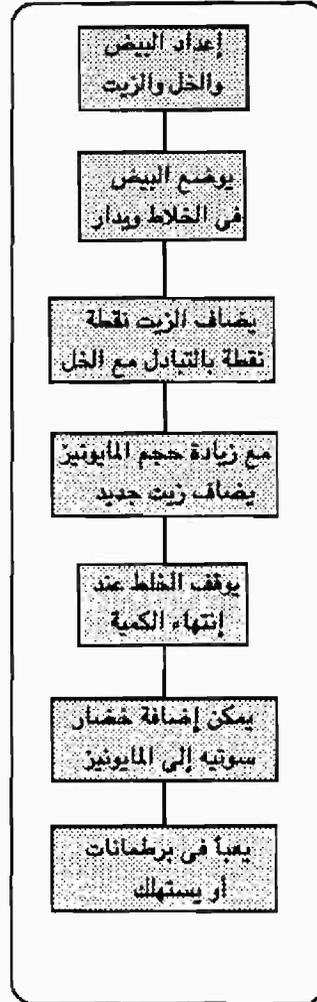
الأملاح المعدنية : آثار من الكالسيوم والفسفور.

المكونات الأساسية للطعام :

دهون % ٦٥ - ٨٠

كربوهيدرات %

بروتين % ٠,٥ - ١,٠



شكل (٩٧)

طريقة التصنيع للمايونيز



أولاً: علامات ومظاهر الجودة:

الخواص الظاهرية:

- الشكل: كتلة ملامية.
- اللون: أبيض و يميل إلى الأصفر مع وجود خيوط لأوعية حمراء.
- الحجم: يرتبط بنوع الحيوان.
- أخرى:

الخواص الداخلية:

- الطعم: مميز خالي من الطعم الغريب.
- الرائحة: مميزة خالية من أى نوع من التزنخ.
- التجانس: يفضل التجانس فى المكونات.
- أخرى:

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

الطاقة (سعر): ١٢٥

الفيتامينات:

نسبة متوسطة: (ا) ، الثيامين ، (ج) نسبة منخفضة: الريبوفلافين

الأملاح المعدنية:

نسبة متوسطة: فوسفور و حديد

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين % ١٠.٢ كربوهيدرات % ١.٢ دهون % ٨.٦

ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

يفضل إستهلاكه فور عملية الذبح للحيوان و يتم تداوله ونقله تحت ظروف تبريد أو تجميد لتقليل الفساد .

رابعاً: التخزين النموذجي:

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



طريقة التصنيع / الإعداد:

- موسم التنفيذ : أى وقت من العام.
- الخامات المطلوبة : زيت نباتى أو دهن حيوانى - لبن أو شرش لبن - فيتامين أ - إضافات أخرى.
- المستلزمات والمعدات : خط إنتاج فى مصنع تجارى.

طريقة التنفيذ :

- ١ - يتم تسخين الزيت أو الدهن ويذاب فيه الفيتامينات و أى إضافات أخرى تساعد على الإستحلاب أو تعطى لون مميز.
- ٢ - يضاف اللبن (أو ماء) أو الشرش والمذاب فيه أى إضافات قابلة للذوبان فى الماء (ملح - سكر).
- ٣ - تجرى عملية خلط وإستحلاب فى تانك خاص مع التقليب.
- ٤ - تجرى عملية تبريد سريع مع التقليب فى وحدات خاصة ويطلق على هذه المرحلة تبريد أولى.
- ٥ - تجرى خطوة تبريد أخرى مع خفض الحرارة خفصاً شديداً ليساعد ذلك على بلورة الدهن وتصلبه.
- ٦ - يتم إجراء تشكيل للمرجرين المتبلور والمبرد.
- ٧ - تجرى خطوة تغليف بالورق الشمعى أو السيلوفان.
- ٨ - تعبأ فى صناديق صغيرة للإستهلاك.

نصائح تطبيقية وصحية :

بديل للزبد الطبيعى ويمنع عن مرضى التهاب الكبد والإسهال والدوستناريا.

- الحفظ أثناء الإستهلاك :

تحفظ فى الثلاجات تحت تجميد - أو التبريد أثناء الإستهلاك.

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر) : ٧٢٠

الفيتامينات : عالية : (أ)

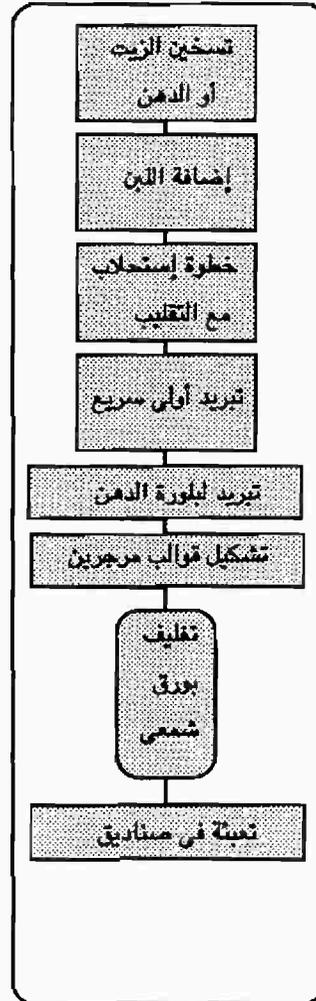
الأملاح المعدنية : ضئيلة : كالسيوم وفوسفور

المكونات الأساسية للطعام :

دهون % ٨٠

كربوهيدرات % ٠.٥

بروتين % ١.٥



شكل (٩٨)
طريقة تصنيع المرجرين



طريقة التصنيع / الإعداد:

- موسم التنفيذ : موسم البرتقال (ديسمبر - فبراير) .
- الخامات المطلوبة : برتقال ١ : سكر ٢ : بكتين ٠.٢ : حامض ستريك (عصير ليمون).
- المستلزمات والمعدات : حلة طبخ - سكاكين - عصارة - مصدر حراري - برطمانات - مبيشرة.

طريقة التنفيذ .

- ١ - يتم بشر ثمار البرتقال بعد غسلها جيداً.
- ٢ - يعصر البرتقال ويتم الحصول على العصير ويصفى بالشاش.
- ٣ - تؤخذ القشور ويتم تقطيعها إلى أطوال صغيرة وتسخن في الماء (كمية صغيرة حوالي ١/٥ الوزن) حتى يتم تليين أنسجة القشور.
- ٤ - يضاف إلى القشور العصير المصفى وكمية السكر والبكتين ويتم التسخين للخليط - مع إضافة حامض الستريك أو عصير ليمون (٣ ليمونة لكل ١ كجم سكر مستخدم) وذلك يمنع تبلور السكر بعد التبريد.
- ٥ - يستمر في المعاملة الحرارية مع خفض درجة الحرارة عندما يغلي المرملاذ - ويوقف التسخين عندما يحدث تكوين قوام غليظ - أو الكشف عن نقطة الإنتهاء بواسطة وصول القوام إلى مرحلة لا يسقط بسرعة من المعلقة.
- ٦ - تعبأ في برطمانات والمرملاذ ساخن ويقفل جيداً عندما يبرد.

نصائح تطبيقية وصحية :

يبتعد عن مرضى الإسهال والدوسنتاريا والسكر.

- الحفظ اثناء الاستهلاك :

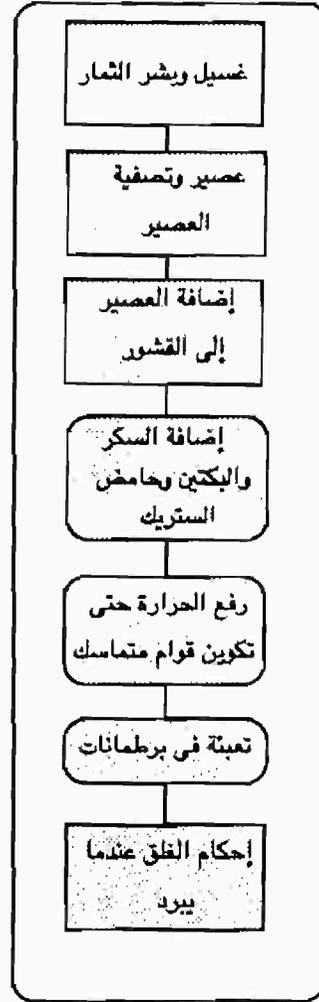
في الجوار العادي - أو في الثلاجة تحت تبريد خاصة عند فتح البرطمانات.

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر) : ٢٧٠

الفيتامينات : متوسطة : (ح) ضئيلة : (أ) وثيامين وريبوفلافين
الأملاح المعدنية : متوسطة : بوتاسيوم منخفضة : حديد ضئيلة : كالسيوم
المكونات الأساسية للطعام :

بروتين % كربوهيدرات % ٦٨ دهون %



شكل (٩٩)
طريقة مرملاذ البرتقال.

Apricot
Prunus armeniaca

الفدء: مشمش
الاسم العلمى:



أولاً: علامات و مظاهر الجودة:

الخواص الظاهرية

- الشكل: إستدارة شبه كاملة محتفظا بالطراجة.
- اللون: أصفر كهربانى خالى من اللون الأخضر.
- الحجم: منتظم الحجم و يفضل كبير الحجم.
- أخرى: عدم وجود نيب سوداء.

الخواص الداخلية

- الطعم: طعم مميز - خالى من المرارة.
- الرائحة: رائحة مميزة خالية من آثار الحموضة و العفن.
- التجانس: يفضل وجود تجانس فى الطعم بين جميع أجزاء الثمرة.
- أخرى: تفضل الأنواع سهلة الإنفصال عن النواة.

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

الطاقة (سع): ٦٤

الفيتامينات:

نسبة عالية: (أ) نسبة متوسطة: (ب) نسبة منخفضة: ريبوفلافين ، نياسين

الأملاح المعدنية:

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

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين % ٠.٩ كربوهيدرات % ١٢.٧ دهون % ٠.٦

ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

فى صناديق كرتون أو فى سلال من الجريد المبطن و يفضل أن يتم فرزها طبقاً للحجم ، و يتم النقل للتسويق فى نفس اليوم مباشرة .

رابعاً: التخزين النموذجى:

- فى الجو العادى ٢٠ - ٢٥ °C: يوم إلى يومين .
- التبريد +٥ الى ١٠ °C: ٢ - ١٥ يوم تبعاً لمرحلة النضج .
- التجميد -١٠ الى ١٨ °C: ٦ شهور أو أكثر على أن تستخدم بعد ذلك فى التصنيع .



طريقة التصنيع : المكرونة

- موسم التنفيذ : أى وقت من العام.
- الخامات المطلوبة : دقيق فاخر - أو سيمولينا - ماء نقى.
- المستلزمات والمعدات : خط إنتاج مكرونة فى المصانع.

طريقة التنفيذ :

- ١ - يتم نخل الدقيق أو السيمولينا للتخلص من الشوائب.
- ٢ - يوجه الدقيق إلى أجهزة العجن حيث يتم وزن كمية محدودة يضاف إليها كمية من الماء فى حدود ٢٥ ٪ من وزن الدقيق.
- ٣ - تجرى عملية عجن فى ظل ظروف درجة حرارة فى حدود ٤٠ م° حتى يحدث تجانس بين جميع مكونات العجينة.
- ٤ - تدفع العجينة إلى جزء متصل بوحدة العجن يتم فيه كبس العجينة تحت تفريغ للتخلص من أى هواء مصاحب.
- ٥ - يتم تشكيل العجينة من خلال مرورها فى فتحات لها أشكال خاصة.
- ٦ - يجرى تجفيف مبدئى - ثم تجفيف نهائى - يتم بعده عملية التعبئة.

نصائح تطبيقية وصحية :

تستخدم كمصدر للمواد الكربوهيدراتية - ولا تقدم لمرضى السكر والمرارة والتهاب الكبد.

- الحفظ اثناء الاستهلاك :

تحفظ فى الجو العائى.

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل) مكرونة مطبوخة مع ٥ ٪ سمن

الطاقة (سعر) : ١٦٥

الفيتامينات : منخفضة : ريبوفلافين ونيامين

ضئيلة : حديد

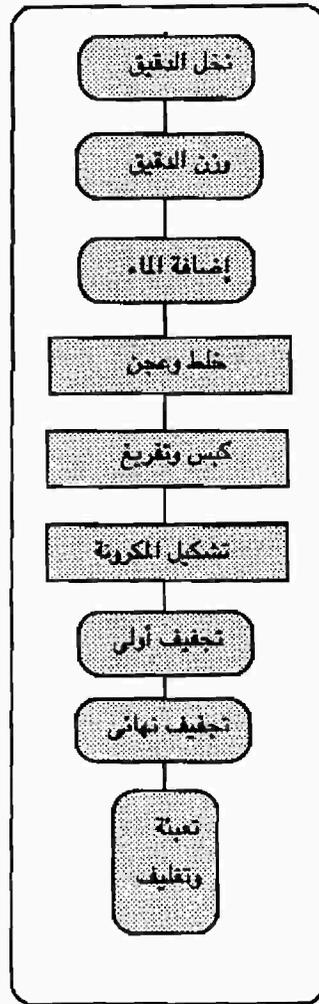
الأملاح المعدنية : منخفضة : فوسفور وكالسيوم

المكونات الأساسية للطعام :

دهون % ٥

كربوهيدرات % ٢٦

بروتين % ٧



شكل (١٠٠) طريقة تصنيع المكرونة



طريقة التصنيع / الإعداد :

- موسم التنفيذ : أى وقت من العام.
- الخامات المطلوبة : سكروز - جلوكوز - نشا - فانيليا - ورق تغليف.
- المستلزمات والمعدات : حلة - ملاعق تغليب - ترمومتر - صوانى - سكين.

طريقة التنفيذ :

- ١ - يعد السكروز ويوزن - ويستخدم ٢٥ ٪ من وزنه جلوكوز - ويمثلان ٤٠ ٪ من وزن معلق النشا المستخدم.
- ٢ - يعد النشا فى معلق بحيث يستخدم النشا ويضاف إلى وزنه ثلاثة أمثاله من الماء.
- ٣ - يسخن السكروز والجلوكوز مع قليل من الماء ويضاف معلق النشا تدريجياً مع التقليب حتى الوصول إلى درجة حرارة ١١٠ - ١١٢ م° (وتقاس بالترمومتر) ويراعى أن يكون رفع درجة الحرارة تدريجياً - ويمكن إضافة السكروز والجلوكوز إلى معلق النشا مع التسخين والتقليب المستمر.
- ٤ - عند الوصول إلى قوام متماسك - يتم التبريد التدريجى مع التقليب حتى الوصول إلى قوام مطاط.
- ٥ - يصب فى قوالب أو صوانى خشبية عليها طبقة من النشا أو سكر البودرة مع تسوية السطح - تترك تبرد - وتزاح من الصوانى وتقطع - وتغلف.

نصائح تطبيقية وصحية :

مصدر جيد للطاقة، ويبتعد عن مرضى السكر - والمرارة - والتهاب الكبد.

- الحفظ اثناء الاستهلاك :

يحفظ فى مكان بارد فى وعاء محكم الغلق أو فى الثلاجة.

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر) : ٢٤٠

الفيتامينات : ضئيلة : ثيامين

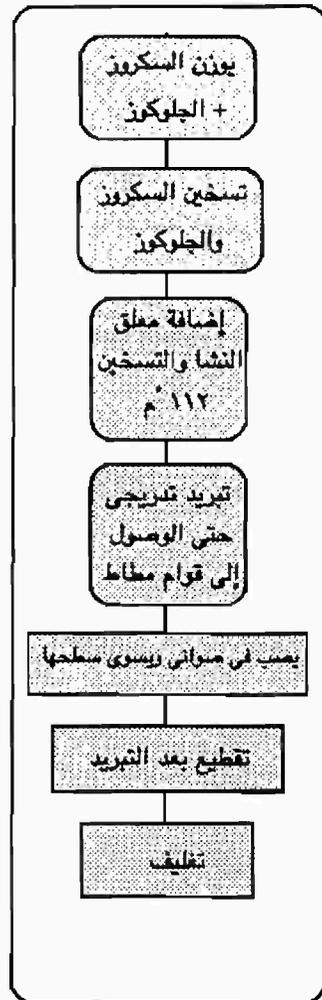
الأملاح المعدنية : ضئيلة : فوسفور

المكونات الأساسية للطعام :

دهون %

كربوهيدرات % ٦٥

بروتين %



شكل (١٠٦)
طريقة تصنيع اللبن.

Jew's Mallows
Corchorus olitorius

الغذاء: ملوخية
الاسم العلمي:



أولاً: علامات و مظاهر الجودة:

الخواص الظاهرية

- الشكل: أوراق لامعة.
- اللون: أخضر نون تبقع.
- الحجم: يفضل الأحجام المتوسطة الطول من العيدان.
- أخرى: الأوراق غير مثقبة و العيدان غير متخشبة (شايخة).

الخواص الدلظية (الملوخية المطبوخة).

- الطعم: طعم مميز خالي من طعم الحشائش.
- الرائحة: رائحة معيزة.
- التجانس: يفضل وجود تجانس عند خراط الملوخية يدويا أو عند فرمها بالمفرمة الخاصة.
- أخرى: إحتفاظ الملوخية باللون الأخضر الزاهي (غير الداكن).

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

الطاقة (سعر): ٨٥ (ملوخية بالشورية)

الفيتامينات:

نسبة عالية: (أ) ، (ح) نسبة منخفضة: ثيامين ، ريبوفلافين

الأملاح المعدنية:

نسبة متوسطة: حديد نسبة منخفضة: الفوسفور ، الكالسيوم

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين / ٣,٨٣ كربوهيدرات / ٩,٨٤ دهون / ٥,٤١

ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

يتم تداول الملوخية في أقفاص أو أجولة - مع تغطيتها بالقش ثم بقماش مبلل لمنع الذبول السريع .

رابعاً: التخزين النموذجي:

- في الجو العادي ٢٠ - ٢٥ م°: مع تغطيتها (يومين) .
- التبريد +٥ الى ١٠ م°: مع تغطيتها أسبوعين - ثلاثة أسابيع .
- التجميد -١٠ الى ١٨ م°: صلاحية عام على الأقل .

خامسا: طريقة التصنيع /الإعداد: ملوخية مجففة

- موسم التنفيذ: شهور الصيف - بداية من شهر يونيو - يوليو .
- الخامات المطلوبة: ملوخية .
- المستلزمات والمعدات: صوانى، حصيرة، شاش، أكياس نايلون، غربال أو منخل سلك أو مصفاة ، مصدر تسخين .

طريقة التنفيذ

- (١) تفرز الملوخية وتستبعد الأعواد الشائخة .
- (٢) يتم إجراء غسيل جيد بالماء الجارى .
- (٣) تصفية الماء الزائد بوضع الملوخية فى مصفاة .
- (٤) بعد التهوية يتم قطع الأوراق السليمة و توضع فى شاش على هيئة صرة .
- (٥) تغمر الأوراق فى ماء مغلى لمدة نصف دقيقة .
- (٦) يمرر تيار ماء بارد على الملوخية حتى الوصول إلى درجة حرارة الجو العادى .
- (٧) تفرد الأوراق بعد تصفيتها على حصيرة أو صوانى تجفيف و تعرض للشمس .
- (٨) يجرى تقليب يومى على فترات أثناء النهار .
- (٩) بعد حوالى ٥ - ٧ أيام يتم وضع الأوراق الجافة فى الظل لمدة يومين .
- (١٠) تفرك الملوخية باليد و تغريل .
- (١١) تعبأ الملوخية الجافة مباشرة .

نصائح تطبيقية وصحية :

- الاسخدام: مطبوخة مع الشورية .
- الحفظ اثناء الاستهلاك: توضع فى الثلاجة .
- الشئون الصحية: تستبعد من غذاء مرضى التهاب الكبد والمرارة والدوستاريا والاسهال .



شكل (١.٢)
طريقة إعداد الملوخية المجففة

Banana

Musa nana var. kavendishi

الفدأء: موز

الاسم العلمى:



اولا : علامات ومظاهر الجودة:

الخواص الظاهرية

- الشكل: أصابع منحنية لون تعرج.
- اللون: أصفر مع وجود نقط سوداء.
- الحجم: يفضل الأحجام الكبيرة.
- أخرى: يفضل الأصناف ذات القشرة غير السمكية.

الخواص الداخلية

- الطعم: حلو المذاق مع نكهة طيبة.
- الرائحة: رائحة مميزة.
- التجانس: يفضل التجانس فى الشكل و الحجم و اللون.
- أخرى:

ثانيا: المحتويات الغذائية: (محتوي ١٠٠ اجم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر): ٨٤

الفيتامينات:

نسبة متوسطة: (ح)

الأملاح المعدنية:

نسبة عالية: البوتاسيوم

المكونات الأساسية للطعام:

- بروتين % ٠,٨٤ كربوهيدرات % ٢٦,٨٤ دهون %

ثالثا: طريقة التداول و النقل:

يتم التداول و النقل للموز فى مرحلة ما قبل تمام الإنضاج فى السباط .

رابعا: التخزين النموذجى:

- فى الجو العادى ٢٠ - ٢٥ م°: يومين - ثلاثة تبعاً لمرحلة النضج .
- التبريد +٥ الى ١٠ م°: أسبوع - أسبوعين تبعاً لمرحلة النضج .
- التجميد -١٠ الى ١٨ م°:

طريقة التصنيع / الإعداد : موز باللبن

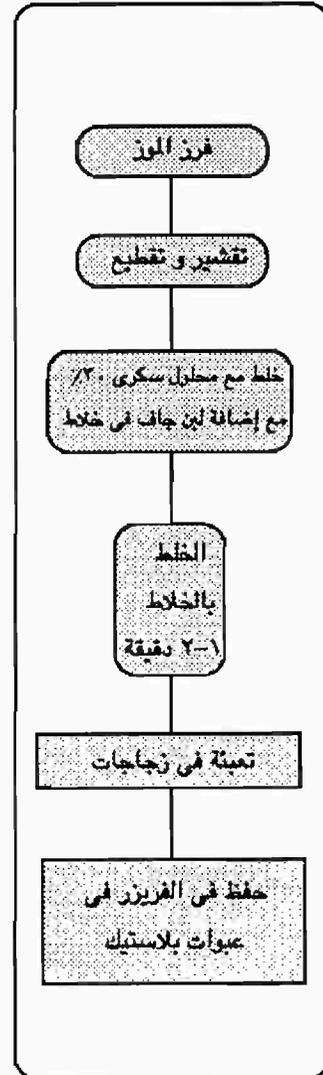
- موسم التنفيذ: فى فترة الصيف .
- الخامات المطلوبة: موز- لبن - سكر .
- المستلزمات والمعدات: خلاط - زجاجات - سكين .

طريقة التنفيذ

- (١) يتم فرز وإختيار الموز الناضج أو زائد النضج غير التالف
- (٢) يقشر الموز و يقطع بالسكين قطع صغيرة.
- (٣) يوضع مباشرة فى خلاط يحتوى على ماء بالسكر بتركيز ٢٠ ٪ أى ٢٠٠ جم سكر مذابة فى لتر من الماء .
- (٤) توضع ملعقة من اللبن المجفف أو كوب من اللبن الطازج المبستر.
- (٥) يتم خلط الموز و اللبن فى الخلاط لمدة دقيقة إلى دقيقتين لتتام التجانس.
- (٦) يعبأ الموز المخلوط باللبن فى زجاجات .
- (٧) يحفظ فى الثلاجة إلى حين الإستهلاك، أو يجمد فى الفريزر مع إستخدام عبوات بلاستيك، مع ترك فراغ حوالى ٢ بوصة أعلى العبوة.

نصائح تطبيقية وصحية :

- الاســـــــــــــــتخدام: مشروب مستحب خاصة للأطفال.
- الحفظ اثناء الاستهلاك: عقب فتح الزجاجات يحفظ فى الثلاجة.
- الشئون الصحية: يستخدم بحرص لمرضى السكر والتهاب الكبد والدوسنتاريا والاسهال .



شكل (١.٢)
طريقة اعداد الموز باللبن