

Spinach
Spinacia oleracea

الفاذن: سبانخ
الاسم العلمى:



أولاً: علامات ومظاهر الجودة:

الخواص الظاهرية

- الشكل: شكل الأوراق لامع دليل على الطزاجة .
- اللون: لون الأوراق أخضر بون تلون 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 اجم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر): ٤٤

الفيتامينات:

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 كاربوهيدرات % ٣.٣ دهون % ٠.٥

ثالثاً: طريقة التداول و النقل:

يتم التداول و النقل فى أقفاص أو مشنات مبطنه 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

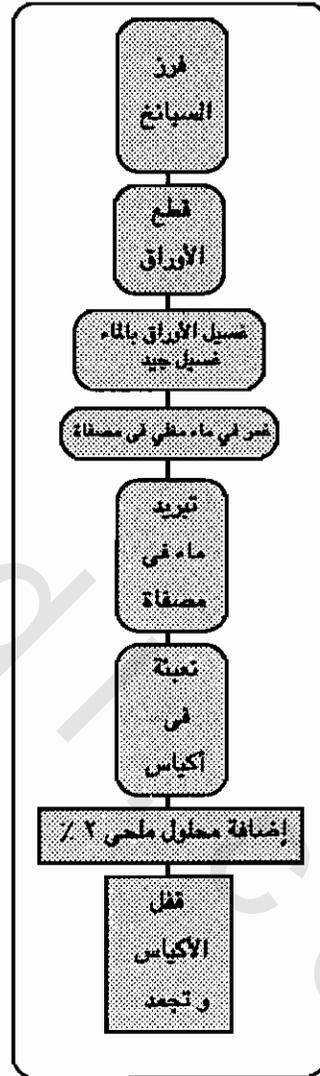
- موسم التنفيذ: أكتوبر - نوفمبر.
- الخامات المطلوبة: سبانخ - ملح طعام.
- المستلزمات والمعدات: حلة - مصدر حرارى - أكياس بولى إيثيلين .

طريقة التنفيذ

- (١) يتم فرز السبانخ وتستبعد الصفراء وكذلك الشائخة.
- (٢) تختار العيدان الغضة وتقطف 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 وتفريد الأوراق لمنع تجمعها وتوضع فى أكياس بولى إيثيلين ثم يوضع عليها محلول ملهى ٢ ٪ لتغطية الأوراق.
- (٦) تقفل الأكياس بالدباسة أو تلحم بواسطة طرف سكين ساخنة.
- (٧) الحفظ فى الفريزر لمدة تصل إلى عام.

نصائح تطبيقية وصحية :

- الاستخدام: 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 السبانج المجمدة.



طريقة التصنيع / الإعداد:

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

طريقة التنفيذ:

- (١) يتم اختيار أغلفة الحشو الصناعية أو الطبيعية مثل المبرار 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 ٣.٥ - 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 .

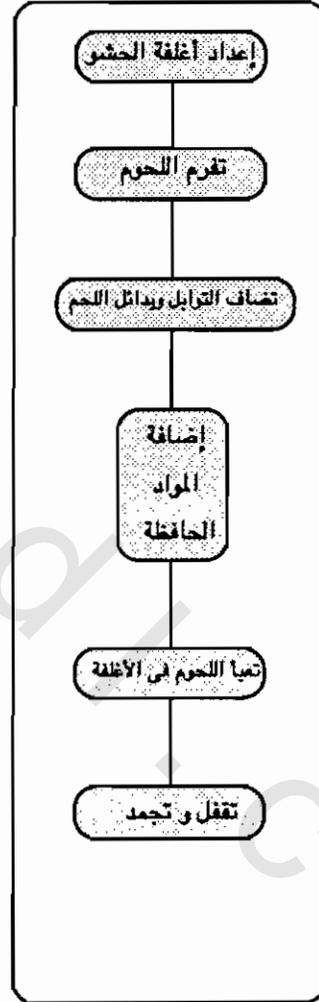
الأملاح المعدنية : منخفضة : حديد

المكونات الأساسية للطعام :

دهون % ١٤

كربوهيدرات % -

بروتين % ١٤



شكل (٥٢)
طريقة إعداد السجق



أولاً: علامات و مظاهر الجودة:

الخواص الطاهرية

- 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: (محتوى ١٠٠ جم 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: سنة - سنتين .
- التجميد -١٠ الى ١٨ °م:



شكل (٥٢)
الطريقة الأفرنجية لتلميح 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 الإستهلاك:

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

أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تتوكل)

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 المملح



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^H بواسطة لبن الجير.
- ٦ - يستعان فى النظام المستمر بعملية تصفية مستمرة بواسطة أجهزة دور 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 ذرة - 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 حقل ترفع فيها درجة الحرارة إلى ١٢٥ م^٠ ويضبط الضغط الجوى عند ١.٥ ضغط جوى.
- ٣ - توقف المعاملة عند الوصول إلى نسبة تحلل مرتفعة.
- ٤ - يوجه ناتج التحلل إلى وحدة التنقية التى 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^٠ - 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٪ ، ويمعب 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 الجو العادى.

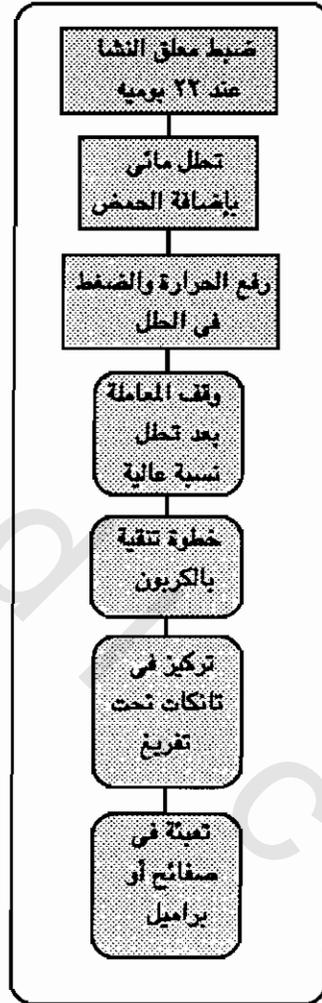
أهم المدلولات الغذائية : (محتوى ١٠٠ جم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر) : ٢٢٠ [في حالة وجود ٤٠٪ سكريات مختزلة ، و٤٠٪ سكريات ثنائية متعددة].
الفيتامينات :

الأملاح المعدنية :

المكونات الأساسية للطعام:

بروتين ١٪ كاربوهيدرات 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 اجم مادة تؤكل)

الطاقة (سعر): ٦٢٢

الفيتامينات:

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.
- ٣ - تقطع الأطراف الجافة بواسطة سكين.
- ٤ - يدهن السطح العلوى بطبقة من المرى (المشمش).
- ٥ - يتم إجراء طى (لف) بالإستعانة بالورق الشمعى لئلا 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

الفيتامينات : منخفضة : ثيامين وريبوفلافين

ضئيلة : (١)

الأملاح المعدنية : منخفضة : فوسفور و بوتاسيوم

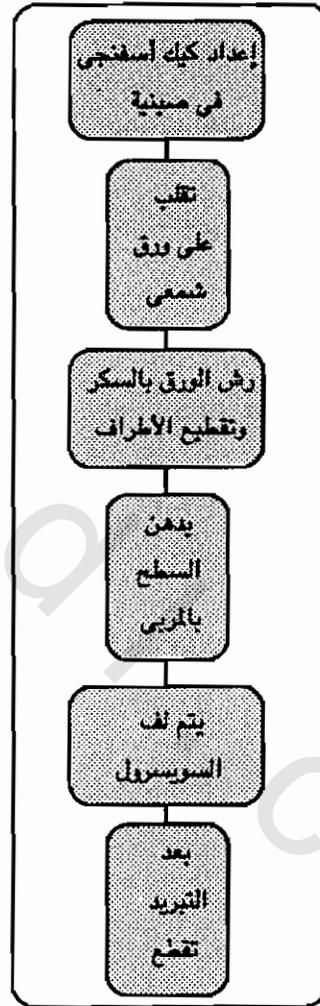
ضئيلة : حديد

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 الداخلية (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: (محتوي 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 أجولة ٥٠ كجم و للمستهلك فى أكياس بولى إيثيلين - و يضاف للعبوات الصغيرة (سكر + مسحوق خبيز + فانيليا) .

رابعاً: التخزين النموذجي:

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