МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____О.А. Бура

Технологическая карта № PT200

Номер рецептуры: PT200

Наименование блюда : **Капуста тушеная АЛЛЕРГО**

Наименование сырья	Норма закладки на одну порцию, в гр.							
	Ясли		Детсад		ГКП		*Сотруд	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста белокочанная	140	110	160	130	140	110		
Лук репчатый	9	7	10	8	9	7		
Морковь	10	8	12	10	10	8		
Соль	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5		
Масло растительное	2	2	3	3	2	2		
В Ы Х О Д	110		130					

Технология приготовления:

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем 300 мм, добавляют воду (20—30 % к массе сырой капусты), растительное масло и тушат до полуготовности при помешивании. Затем добавляют пассированные, нарезанные соломкой морковь, репчатый лук, предварительно бланшированный. За 5 минут до тушения заправляют солью и вновь доводят до кипения.
Температура подачи — 65 °С.

Показатели качества и безопасности

Органолептические показатели:
Внешний вид: овощи имеют кусочки одинаковой формы и размера.
Консистенция: мягкая, сочная, капусты - упругая.
Цвет: светло-коричневый.
Вкус: кисло-сладкий, в меру соленый.
Запах: свойственный тушеной капусте, без посторонних запахов.

Пищевая и энергетическая ценность блюда:

Категория	Выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность,ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
Ясли	110	1.79	2.02	6.08	49.63	0	0	0	0	0
Детсад	130	2.11	3.02	7.2	64.45	0	0	0	0	0

Источники, используемые при составлении:
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций (от 1 до 7 лет) ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

Диетолог_____М.А. Смолина