

Технологическая карта № п.11

Номер рецептуры: 11

Наименование блюда : **Салат из моркови с зеленым горошком**

Наименование сырья	Норма закладки на одну порцию, в гр.							
	Ясли		Детсад		ГКП		*Сотруд	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Морковь	35	28	42	34	35	28		
масса припущенной моркови		25.5		31		25.5		
Горошек консервированный	31	20	37	24	31	20		
Масло растительное	2	2	3	3	5	5		
В Ы Х О Д		40		60				

Технология приготовления:

Морковь очищают, моют, ошпаривают, нарезают мелкими кубиками, припускают, охлаждают. Зеленый горошек доводят до кипения в собственном соку и охлаждают. Морковь и охлажденный до 14 °С горошек соединяют и заправляют растительным маслом. Температура подачи — 14 °С.

Требования к качеству. Салат уложен горкой. Морковь и горошек сохранили форму. Консистенция овощей мягкая. Вкус и аромат, свойственные виду овощей, входящих в салат

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	40	0.98	2.07	3.23	35.46	0	0	0	0	0
Детсад	60	1.19	3.08	3.91	48.08	0	0	0	0	0

Источники, используемые при составлении:

Министерство образования и науки Челябинской области "Организация питания детей в дошкольном образовательном учреждении" 2005г. под редакцией В.В. Садырина, составитель Г.Н. Панкратова;

Диетолог _____ М.А. Смолина