

Технологическая карта № п.18

Номер рецептуры: 18

Наименование блюда : **Салат из свежих помидоров**

Наименование сырья	Норма закладки на одну порцию, в гр.							
	Ясли		Детсад		ГКП		*Сотруд	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Помидоры свежие	54	45.5	65	55	54	45.5		
Масло растительное	5	5	3	3	5	5		
В ы х о д	50		60					

Технология приготовления:

Помидоры промывают, ошпаривают, вырезают плодоножку, нарезают тонкими ломтиками, заправляют солью и растительным маслом. Температура подачи — 14 °С.

Требования к качеству. Помидоры нарезаны дольками, сохранили сочность и форму, в меру соленые

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	50	0.5	5.09	1.73	54.69	0	0	0	0	0
Детсад	60	0.61	3.11	2.09	38.74	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