

Технологическая карта № 39п

Номер рецептуры: 39

Наименование блюда : **Салат из сырых овощей**

Наименование сырья	Норма закладки на одну порцию, в гр.							
	Ясли		Детсад		ГКП		*Сотруд	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Морковь	8	6.4	12	9.6	8	6.4		
Помидоры свежие	11.8	10	17.6	15	11.8	10		
Огурцы свежие	14.7	14	22	21	14.7	14		
Капуста белокочанная	9.5	7.6	14.3	11.4	9.5	7.6		
Масло растительное	2.4	2.4	3.6	3.6	2.4	2.4		
В ы х о д		40		60				

Технология приготовления:

Подготовленную сырую морковь нарезают тонкой соломкой, свежие огурцы и помидоры - тонкими ломтиками, капусту шинкуют. Овощи перемешивают и заправляют растительным маслом.

Температура подачи: от 10 до 14 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Органолептическая оценка (оценка качества) блюда

Морковь и капуста нарезаны тонкой соломкой, свежие огурцы и помидоры - тонкими ломтиками, овощи сохраняют форму нарезки, уложены горкой в салатик, заправлены растительным маслом. Консистенция овощей - упругая, сочная, хрустящая. Цвет овощей - натуральный. Вкус умеренно соленый, без постороннего привкуса. Запах, свойственный входящим в состав овощам в сочетании с растительным маслом.

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	0.4	2.44	1.43	29.26	0	0	0	0	0
Детсад	60	0.6	3.66	2.14	43.89	0	0	0	0	0

Источники, используемые при составлении:

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений (г.Пермь) Уральский региональный центр питания, 2013 год. Под редакцией А.Я.Первалова.

Диетолог _____ М.А. Смолина