

Технологическая карта № п.35

Номер рецептуры: 35

Наименование блюда : **Суп из овощей без сметаны**

Наименование сырья	Норма закладки на одну порцию, в гр.							
	Ясли		Детсад		ГКП		*Сотруд	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста белокочанная	20	16	25	20	20	16		
Картофель	53	40	66	50	53	40		
Морковь	10	8	13	10	10	8		
Лук репчатый	9.6	8	12	10	9.6	8		
Горошек консервированный	9.2	6	12	8	9.2	6		
Масло растительное	2	2	3	3	2	2		
Бульон или вода	150	150	188	188	150	150		
В ы х о д	150		200					

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут нашинкованную соломкой капусту, доводят до кипения, закладывают нарезанный брусочками картофель, припущенные с маслом морковь и лук, варят 15 мин, добавляют зеленый горошек, соль. За 3 мин до готовности добавляют зелень, доводят до кипения. Температура подачи — 65 °С.

Требования к качеству. Цвет блесок жира на поверхности бледно-оранжевый, консистенция кореньев, картофеля, капусты мягкая, форма нарезки сохранена. Вкус в меру соленый, аромат свежих овощей, зелени

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	150	1.43	2.19	8.84	60.83	0	0	0	0	0
Детсад	200	1.81	3.24	11.08	80.73	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