

Технологическая карта № **РТ393**

Номер рецептуры: РТ393

Наименование блюда : ****Овощи тушеные**

Наименование сырья	Норма закладки на одну порцию, в гр.							
	Ясли							
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Морковь	70	54						
Лук репчатый	18	15						
Капуста белокочанная	75	60						
Масло растительное	3	3						
Соль йодированная	0.3	0.3						
В Ы Х О Д		110						

Технология приготовления:

Овощи промывают, очищают. Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем 300 мм, добавляют воду (20—30 % к массе сырой капусты) и тушат до полуготовности при помешивании. Затем добавляют пассерованные, нарезанные соломкой морковь, репчатый лук, предварительно бланшированный, и тушат до готовности 30-35 мин. За 10 мин до конца тушения овощи заправляют солью. Температура подачи — 65 °С.

Показатели качества и безопасности

Органолептические показатели:

Внешний вид: овощи имеют кусочки одинаковой формы и размера.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: кремовый.

Вкус: в меру соленый.

Запах: свойственный тушеным овощам, 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	1.78	3.08	7.66	65.46	20.33	0.51	0.04	0.04	4.2

Источники, используемые при составлении: