

Технологическая карта № 5

Номер рецептуры: 43

Наименование блюда : Салат из белокачанной капусты

Наименование сырья	Норма закладки на одну порцию, в гр.							
	Ясли		Детсад		ГКП		*Сотруд	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста белокачанная	56	45	84.4	67.8	56	45		
масса стертой капусты		28.3		42.6		28.3		
Лук репчатый	5	4	7.5	6	5	4		
Морковь	5	4	7.5	6	5	4		
Сахар-песок	2	2	3	3	2	2		
Масло растительное	2	2	3	3	2	2		
В Ы Х О Д		40		60		40		

Технология приготовления:

Овощи хорошо промывают и очищают. Подготовленную капусту шинкуют соломкой, посыпают солью (15 г на 1 кг) и перетирают до выделения сока, после чего ее отжимают. Затем добавляют шинкованный зеленый лук и нарезанную соломкой морковь (при отсутствии зеленого лука его можно заменить морковью), сахар, масло растительное и перемешивают.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, сохраняют форму нарезки, уложены горкой, заправлены

Консистенция: овощей хрустящая, нежесткая, сочная

Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Вкус и запах: свойственный входящим в блюдо продуктам, с ароматом растительного масла

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	0.76	2.01	4.63	39.61	2.38	0.07	0	0	0.6
Детсад	60	1.14	3.02	6.95	59.49	3.57	0.1	0.01	0.01	0.9
ГКП	40	0.76	2.01	4.63	39.61	2.38	0.07	0	0	0.6

Источники, используемые при составлении:

Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания - издат. ООО "Партнер" г.Уфа 2015г.