

Согласовано:

Начальник отдела образования, молодежи
и спорта Администрации Первомайского
района _____ И.Н.Бабичева

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Суп из овощей

Рецепт №99 Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях./ Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.2011г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	Брутто, г			Нетто, г		
Капуста свежая	20	25	100	16	20	80
Картофель	53,4	66,7	267	40	50	200
Морковь	10	12,5	50	8	10	40
Лук репчатый	9,6	12	48	8	10	40
Горошек зеленый консервированный	9,2	11,5	46	6	7,5	30
или фасоль овощная (лопатка)свежая	6,6	8,3	33	6	7,5	30
Масло растительное	4	5	20	4	5	20
Бульон или вода	150	187,5	750	150	187,5	750
Выход:				200	250	1000

Химический состав данного блюда

Пищевые в-ва				Энергетическая ценность, ккал	Витамины ,мг				Минеральные в-ва,мг			
выход	белки	жиры	углеводы		B1	B2	A	C	Ca	P	Mg	Fe
200	1,3	4	7,3	76	0,06	0,06	0	8,3	28	39	16,6	0,6
250	1,6	5	9,1	95	0,07	0,07	0	10,4	34,8	49	21	0,8
1000	6,35	19,95	36,59	381	0,29	0,29	0	41,5	139,4	197,1	83,7	3,1

Технология приготовления: в кипящий бульон кладут нашинкованную белокочанную капусту, нарезанные стручки фасоли, картофель, нарезанный дольками. За 10-15 мин до окончания варки супа добавляют слегка пассерованные или припущенные овощи, горошек зеленый, соль. Подавать с прокипяченной сметаной или без нее. Норма закладки сметаны 20г на 1000г, лавровый лист-0,04г, соль-6-10г на 1000г, зелень 2-3г на порцию. Оптимальная температура подачи 75° С.

Требования к качеству:

Внешний вид: капуста, коренья, стручки фасоли нарезаны соломкой, картофель-дольками;

Консистенция: овощей- мягкая, но не переварена;

Цвет: бульона- золотистый, жира на поверхности – светло-оранжевый;

Вкус: капусты, картофеля, овощей, умеренно соленый, кисловатый;

Запах: кореньев, овощей.

Составил технолог Волошко Т.И.