|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | "УТВЕРЖДАЮ"  Директор ООО «ВИТА-ЛАЙН»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.А.Бочаров/  15.07.2025 г. | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
|  | **ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 35** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| Наименование изделия: | | | **САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Номер рецептуры: | | **35** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование сборника рецептур: | | | | | **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей** **и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.:** **Речь, 2008. - 800 с.** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | | | |  | | |  | |  |  | | |
| **Наименование сырья** | | | | | | | | | | | | | **Расход сырья и полуфабрикатов** | | | | | | | | |
| **1 порц.** | | | | | **100 порц.** | | | |
| **брутто, г** | | | **нетто, г** | | **брутто, кг** | **нетто, кг** | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | | | | | | | | | | | 99 | | | 79,2 | | 9,9 | 7,92 | | |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ | | | | | | | | | | | | | 15,3 | | | 10 | | 1,53 | 1 | | |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | | | | | | | | | | | 0,33 | | | 0,33 | | 0,03 | 0,03 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | | | | | | | | | | 10 | | | 10 | | 1 | 1 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | | | | | | | | | | 5 | | | 5 | | 0,5 | 0,5 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | | | | | | | | | | 5 | | | 5 | | 0,5 | 0,5 | | |
| **Выход: 100** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:*** | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |  |  |  |  |
| Белки, г | | | | 1,60 | |  | В1, мг | | 0,03 | |  | Са, мг | | | 45,00 | |  |  |  |  |  |
| Жиры, г | | | | 5,10 | |  | С, мг | | 28,00 | |  | Mg, мг | | | 21,00 | |  |  |  |  |  |
| Углеводы, г | | | | 6,90 | |  | А, мг | | 0,04 | |  | Р, мг | | | 37,00 | |  |  |  |  |  |
| Энергетическая ценность, ккал | | | | 80,00 | |  | E, мг | | 4,50 | |  | Fе, мг | | | 1,10 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  | Д, мкг | | 0,00 | |  | К, мг | | | 0,00 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  | В2, мг | | 0,00 | |  | I, мкг | | | 0,00 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  |  | |  | |  | F, мг | | | 0,00 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  |  | |  | |  | Se, мг | | | 0,00 | |  |  |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ***Технология приготовления:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| Капусту шинкуют, добавляют соль (1,5 г на 100 г), лимонную кислоту и нагревают при непрерывном помешивании. Не следует перегревать капусту, так как она будет слишком мягкой. Прогретую капусту охлаждают, смешивают с зеленым горошком, добавляют сахар и растительное масло. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ***Правила оформления, подачи блюд:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| Салат укладывают горкой в салатник или на тарелку. Оптимальная температура подачи 14° С. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| • Внешний вид — компоненты равномерно нарезаны в соответствии с технологией приготовления, уложены горкой, заправлены сахаром, лимонной кислотой и маслом растительным;  цвет - типичный для используемых овощей;  • вкус, запах — приятно кисловатый со слегка ощутимой сладостью, умеренно соленый, без горечи, характерный для используемых овощей с привкусом и ароматом масла растительного;  • консистенция овощей — хрустящая, нежесткая, сочная. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |

Технолог по питанию Т.В.Русинова