|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | "УТВЕРЖДАЮ"  Директор ООО «ВИТА-ЛАЙН»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.А.Бочаров/  15.07.2025 г. | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
|  | **ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 45** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| Наименование изделия: | | | **САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Номер рецептуры: | | **45** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование сборника рецептур: | | | | | **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех** **образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и** **В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |
| **Наименование сырья** | | | | | | | | | | | | | **Расход сырья и полуфабрикатов** | | | | | | | | |
| **1 порц.** | | | | | **100 порц.** | | | |
| **брутто, г** | | | **нетто, г** | | **брутто, кг** | **нетто, кг** | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | | | | | | | | | | | 98,7 | | | 78,9 | | 9,87 | 7,89 | | |
| МОРКОВЬ | | | | | | | | | | | | |  | | |  | |  |  | | |
| с 01.01 по 31.08 | | | | | | | | | | | | | 13,3 | | | 10 | | 1,33 | 1 | | |
| с 01.09 по 31.12 | | | | | | | | | | | | | 12,5 | | | 10 | | 1,25 | 1 | | |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | | | | | | | | | | | 0,3 | | | 0,3 | | 0,03 | 0,03 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | | | | | | | | | | 9,7 | | | 9,7 | | 0,97 | 0,97 | | |
| 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 | | | | 1,51 | |  | В1, мг | | 0,03 | |  | Са, мг | | | 39,64 | |  |  |  |  |  |
| Жиры, г | | | | 5,09 | |  | С, мг | | 14,68 | |  | Mg, мг | | | 15,24 | |  |  |  |  |  |
| Углеводы, г | | | | 9,27 | |  | А, мг | | 0,25 | |  | Р, мг | | | 27,59 | |  |  |  |  |  |
| Энергетическая ценность, ккал | | | | 89,80 | |  | E, мг | | 2,21 | |  | Fе, мг | | | 0,81 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  | Д, мкг | | 0,00 | |  | К, мг | | | 165,96 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  | В2, мг | | 0,04 | |  | I, мкг | | | 2,86 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  |  | |  | |  | F, мг | | | 0,02 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  |  | |  | |  | Se, мг | | | 0,00 | |  |  |  |  |  |
| ***Технология приготовления:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| С кочана капусты срезают верхние загрязненные и поврежденные листья, подрезая их у основания. Затем обрезают наружную часть кочерыжки и разрезают кочан пополам. Из каждой половины внутренней части кочана вырезают кочерыжки. Капусту рекомендуется выдерживать в 3%-ном растворе уксусной кислоты или 10%-ном растворе поваренной соли в течении 10 мин с последующим ополаскиванием проточной водой. Затем капусту шинкуют соломкой, добавляют соль, уксус и нагревают при непрерывном помешивании до тех пор, пока капуста не станет мягкой (но не потеряет хруста). Затем ее быстро охлаждают, добавляют очищенную промытую и нарезанную соломкой морковь. Заправляют маслом растительным перед подачей и перемешивают. При перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками. Хранение заправленных салатов не допускается. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ***Правила оформления, подачи блюд:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| Оптимальная температура подачи блюда 14-18 С | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| Внешний вид: компоненты равномерно распределены по всему объему.  Консистенция: мягкая, сочная, хрустящая.  Вкус, запах: в меру соленый.  Цвет: свойственный компонентам, входящим в состав блюда.  Технолог по питанию Т.В.Русинова | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |