

Утверждаю:
Директор школы:
Узакма Т.М.
Т.М.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 22

На: салат из сырых овощей

№ рецептуры по сборнику: № 37, сб. шк. 2004 г.

Набор сырья	Расход продуктов на 1 порцию			
	от 7 до 11 лет		от 11 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Морковь до 1.01	16,0	12,8	20,0	16,0
или с 1.01	17,1	12,8	21,3	16,0
Помидоры свежие	24,0	20,0	30,0	25,0
Огурцы свежие	24,8	20,0	31,0	25,0
Капуста белокочанная	15,2	12,0	19,0	15,0
Заправка:				
Масло растительное	4,0	4,0	5,0	5,0
Кислота лимонная	0,4	0,4	0,5	0,5
Вода кипяченая	11,9	11,9	14,9	14,9
Сахар-песок	0,8	0,8	1,0	1,0
Соль	0,3	0,3	0,4	0,4
Заправка для салатов		16,0		20,0
Выход готового блюда		80		100

Технология приготовления

Овощи хорошо промывают и очищают.

Подготовленную сырую морковь нарезают тонкой соломкой, свежие очищенные от кожицы огурцы и помидоры – тонкими ломтиками, капусту шинкуют соломкой. Овощи перемешивают и при отпуске поливают заправкой для салатов. (см. ТК №12)

Требования к качеству

Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки, уложен горкой, заправлен

Консистенция: овощей – хрустящая, нежесткая, сочная

Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Вкус и запах: свойственный входящим в блюдо продуктам в сочетании с растительным маслом (заправкой)

Пищевая ценность изделия (блюда)

Возраст	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Масса, г
от 7 до 11 лет	0,5	3,6	2,5	44	80
от 11 лет и старше	0,6	4,5	3,1	55	100

Расчет химического состава

Возраст	Минеральные элементы, мг			Витамины		
	Ca	Mg	Fe	B ₁ , мг	B ₂ , мг	C, мг
от 7 до 11 лет	10,50	8,83	0,29	0,02	0,02	3,62
от 11 лет и старше	13,13	11,03	0,36	0,02	0,02	4,52