

Утверждено,
Директор школы
Узакеев Т.М.
ТК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 13

На: салат из свежих помидоров

№ рецептуры по сборнику: № 19, 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
Помидоры свежие	57,6	48,8	72,0	61,0
Лук репчатый	19,2	16,0	24,0	20,0
или лук зеленый	20,0	16,0	25,0	20,0
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.

Подготовленные помидоры нарезают тонкими ломтиками, лук шинкуют. Помидоры и лук раскладывают на порции и поливают заправкой. (см. ТК №12)

Салат можно отпускать без лука, а также без заправки, соответственно уменьшив выход. При отпуске салата допускается добавлять вареные яйца 1/2-1/4 шт. на порцию, соответственно уменьшив закладку помидоров.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, нарезаны не ранее чем за 30-40 мин до отпуски, заправлены

Консистенция: упругая, сочная

Цвет: красный, розовый

Вкус и запах: умеренное соленый, 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	0,7	3,6	3,6	51	80
от 11 лет и старше	0,9	4,5	4,5	63	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	11,43	10,50	0,50	0,03	0,02	5,52
от 11 лет и старше	14,29	13,13	0,63	0,03	0,02	6,90