

Источник рецептуры: Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 1, Уфа, 2016 г.

56

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 56,12

Наименование блюда (изделия): Борщ с капустой и картофелем со сметаной

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри- ката	Масса готового продукта	Масса на — порций
Свекла	0 (г)	40	0,04	
- с 01.01 (25%)	53,333	-	0,04	
- с 01.09 (20%)	50	-	0,04	
Капуста белокочанная	0 (г)	20	0,02	
- с 01.01 (20%)	25	-	0,02	
Картофель	0 (г)	20	0,02	
- с 01.01 (35%)	30,769	-	0,02	
- с 01.03 (40%)	33,333	-	0,02	
- с 01.05 (40%)	33,333	-	0,02	
- с 01.08 (20%)	25	-	0,02	
- с 01.09 (25%)	26,667	-	0,02	
- с 01.11 (30%)	28,571	-	0,02	
Морковь	0 (г)	10	0,01	
- с 01.01 (25%)	13,333	-	0,01	
- с 01.08 (20%)	12,5	-	0,01	
Лук репчатый	0 (г)	10	0,01	
- с 01.01 (16%)	11,905	-	0,01	
Томат-паста	3 (г)	3	0,003	
Масло подсолнечное	4 (г)	4	0,004	
Соль йодированная	1 (г)	1	0,001	
Сметана с массовой долей жира 15 %	5 (г)	5	0,005	
*Вода	225	225	0,225	
Выход готового блюда	-	255 (250/5)		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Овощи хорошо промывают и очищают. Свеклу подготавливают следующим образом: – свеклу нарезают соломкой или ломтиками, тушат в толстостенной закрытой посуде с добавлением томат-пасты, масла сливочного и небольшого количества воды (15-25 % к массе свеклы); – свеклу неочищенную отваривают целиком. После варки свеклу очищают от кожицы. Вареную свеклу нарезают соломкой или ломтиками, кладут в борщ одновременно с пассерованными овощами и томат-пастой. В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 минут, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют соль. При использовании квашеной капусты, ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. Борщ отпускают со сметаной, прошедшей термическую обработку. Температура при подаче должна быть не ниже 75 °С.

Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – в жидкой части супа распределены овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук – соломкой, картофель – брусочками).

Цвет – малиново-красный, жир на поверхности-оранжевый.

Консистенция – свекла и овощи – мягкие, капуста – упругая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	94,46	Витамин D (мкг)		Цинк (мг)	
Белки (г)	1,98	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	4,96	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	10,3	Витамин В2 (мг)		Иод (мкг)	6
Витамин С (мг)	19,87	Кальций (мг)	40,88	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	51,47	Витамин А (мкг)	216,35
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,06
Витамин В1 (мг)	0,06	Магний (мг)	23,97	Иод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,06	Калий (мг)	358	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	0,63
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	25
Витамин Е (мг)	1,95	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	1,12	В-каротин (мкг)	

Зав. производством

Технолог