

"Утверждаю"

20 г

Источник рецептуры

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

66

## ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 66,88

Наименование блюда (изделия): Суп-лапша

| Наименование сырья, пищевых продуктов | Масса<br>брутто | Масса нетто<br>или<br>полуфабри<br>ката | Масса<br>готового<br>продукта | Масса на<br>порций |
|---------------------------------------|-----------------|-----------------------------------------|-------------------------------|--------------------|
| 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                          |                    |
| Масло подсолнечное                    | 5 (г)           | 5                                       | 0,005                         |                    |
| *Вода                                 | 240             | 240                                     | 0,24                          |                    |
| Соль йодированная                     | 0,5 (г)         | 0,5                                     | 0,0005                        |                    |
| Макаронные изделия                    | 20 (г)          | 20                                      | 0,02                          |                    |
| Картофель                             | 0 (г)           | 25                                      | 0,025                         |                    |
| - с 01.01 (35%)                       | 38              | -                                       | 0,025                         |                    |
| - с 01.03 (40%)                       | 42              | -                                       | 0,025                         |                    |
| - с 01.05 (40%)                       | 42              | -                                       | 0,025                         |                    |
| - с 01.08 (20%)                       | 31              | -                                       | 0,025                         |                    |
| - с 01.09 (25%)                       | 33              | -                                       | 0,025                         |                    |
| - с 01.11 (30%)                       | 36              | -                                       | 0,025                         |                    |
| Выход готового блюда                  | -               | 250                                     |                               |                    |

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

Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель – брусочками, морковь – соломкой, лук – полукольцами. Морковь и лук пассеруют. В бульон добавляют пассерованные овощи и варят суп до готовности. Макароны изделия (лапшу, вермишель, рожки, ракушки и т.д.) кладут в суп за 10-15 минут до его готовности. 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 – лапша, сохранившая форму.

Цвет – золотистый, жира на поверхности-светло-оранжевый.

Консистенция – овощи – мягкие, лапша – хорошо набухшая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

### Информация о пищевой ценности

|                     |        |                 |       |                         |        |
|---------------------|--------|-----------------|-------|-------------------------|--------|
| Калорийность (Ккал) | 237,43 | Витамин D (мкг) |       | Цинк (мг)               |        |
| Белки (г)           | 7,61   | Витамин К (мкг) |       | Омега 6 (г)             |        |
| Жиры (г)            | 3,34   | Витамин Е (мг)  |       | Омега 3 (г)             |        |
| Углеводы (г)        | 44,1   | Витамин В2 (мг) |       | Йод (мкг)               | 2      |
| Витамин С (мг)      | 6,5    | Кальций (мг)    | 10,14 | Пищевые волокна (г)     |        |
| РЭ (мкг)            |        | Фосфор (мг)     | 25,9  | Витамин А (мкг)         | 200,75 |
| Магний (мг)         |        | Са (мг)         |       | Фенилаланин (мг)        | 0,04   |
| Витамин В1 (мг)     | 0,08   | Магний (мг)     | 11,06 | Йод (мкг)               |        |
| Витамин В2 (мг)     | 0,03   | Калий (мг)      | 180   | Холестерин (мг)         |        |
| Фосфор (мг)         |        | Калий (мг)      |       | Селен (мкг)             | 0,13   |
| Витамин С (мг)      |        | Натрий (мг)     |       | цинк (мг)               |        |
| Витамин В6 (мг)     |        | Хлориды (мг)    |       | Фтор (мкг)              | 16     |
| Витамин Е (мг)      | 2,29   | Витамин А (мкг) |       | Белки жив.происхожд (г) |        |
| Витамин В1 (мг)     |        | Селен (мкг)     |       | Витамин Д (мкг)         |        |
| Fe (мг)             |        | Железо (мг)     | 0,71  | В-каротин (мкг)         |        |

Зав. производством

Технолог