

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 53

Икра кабачковая

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Икра кабачковая для детского питания (х/о 5%)		105,4	100,0
Выход			100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
2,64	8,58	11,88	41	15	37	0,7
Витамины мг.					Энергетическая	
A	B1	B2	PP	C	ценность(ккал)	
0	0,02	0,05	0,4	7	72,60	

Готовый продукт промышленного производства

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 13

Зеленый горошек

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Горошек зеленый консервированный натуральный (х/о-35%)	154,0	100,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
2,64	0,24	7,17	20,0	21,0	62,0	0,7
Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0	0,11	0,05	0,7	10	43,99	

Способ приготовления:

Зеленый горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку в течение 3-5 минут, затем отвар сливают и отпускают горошек как гарнир.

Для воспитанников ясельных групп горошек перед подачей разминается в пюре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 114

Салат из отварной свеклы

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Свекла т/о-2%, до 01.01 х/о-20%		115,0	92,0
с 01.01 х/о-25%		123,0	92,0
Масса вареной очищенной свеклы			90,2
Масло подсолнечное рафинированное		7,0	7,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия		0,25	0,25
Выход			100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe
0,66	1,20	2,28	36,59	21,52	43,81	1,35
Витамины мг.			Энергетическая ценность (ккал)			
A	B1	B2	PP	C		
0	0,02	0,04	0,24	4,81	32,00	

Способ приготовления:

Промытую свеклу отваривают в кожуре, охлаждают, очищают, нарезают соломкой (или натирают на терке) солят, перемешивают и заправляют растительным маслом.