**МКОУ «Рикванинская СОШ»**

**Утверждаю:**

**Директор МКОУ «Рикванинская СОШ»**

## \_\_\_\_\_\_\_\_ У. А. Умаев

## 

## **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 19**

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ Номер рецептуры: 43

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий питания

при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. –

М.: Хлебпродинформ, 2004, с. 91, с. 90

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья |  | Расход сырья и полуфабрикатов | | |  |
|  | 1 порция | | |  |
| Брутто, г |  | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Капуста белокочанная свежая | 59,4 |  | 47,4 | 99 | 79 |
| Масса прогретой капусты | - |  | 42,6 | - | 71 |
| Лук зеленый | 7,8 |  | 6 | 13 | 10 |
| или морковь до 1 января | 7,8 |  | 6 | 13 | 10 |
| С 1 января | 8 |  | 6 | 13,3 | 10 |
| Лимонная кислота | 0,2 |  | 0,2 | 0,3 | 0,3 |
| Сахар | 3 |  | 3 | 5 | 5 |
| Масло растительное | 3 |  | 3 | 5 | 5 |
| ВЫХОД: |  | 60 | | 1 | 00 |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход,  г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г | Угле  -  воды, г | Энерг.  ценност  ь, ккал | Са | Mg | Р | Fe | В  1 | С | А |
| С луком | | | | |  | | | |  | | |
| 60 | 0,85 | 3,05 | 5,19 | 51,54 | 26,80 | 7,90 | 14,83 | 0,32 | 0,01 | 20,97 | 0,00 |
| 100 | 1,41 | 5,08 | 8,65 | 85,90 | 44,67 | 13,16 | 24,71 | 0,54 | 0,02 | 34,95 | 0,00 |
| С морковью | | | | |  | | | |  | | |
| 60 | 0,85 | 3,05 | 5,41 | 52,44 | 22,42 | 9,10 | 16,57 | 0,31 | 0,02 | 19,47 | 0,00 |
| 100 | 1,41 | 5,08 | 9,02 | 87,40 | 37,37 | 15,16 | 27,61 | 0,51 | 0,03 | 32,45 | 0,00 |

***Технология приготовления:***

Капусту шинкуют тонкой соломкой, добавляют соль (1,5 г на 100 г), лимонную кислоту и нагревают при непрерывном помешивании . Не следует перегревать капусту, так как она будет слишком мягкой. Прогретую капусту охлаждают, смешивают с шинкованным зеленым луком и морковью, нарезанной соломкой. Салат заправляют сахарным сиропом (1:0,5), растительным маслом.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2С. Температура подачи не ниже +15 С.

***Требования к качеству:***

*Внешний вид:* овощи сохраняют форму нарезки. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

*Консистенция:* хрустящая, не жесткая, сочная

*Цвет:* свойственный входящим в блюдо продуктам

*Вкус:* свойственный входящим в блюдо продуктам

*Запах:* свежей белокочанной капусты, моркови с ароматом растительного масла