

ООО «Кировский комбинат  
школьного питания»  
44 30 91 г Самара, пр  
Карла-Маркса, 412

Утверждаю Ген. директор  
ООО «Кировский комбинат  
школьного питания»  
Р.А. Дрыженков

**Технологическая карта .**  
**«Салат из белокочанной капусты»**

*Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях- 2012г, под руководством М.П.Могильного, ДеЛи-принт.*

Рецептура №20 стр 103

| Наименование<br>продуктов,<br>полуфабрикатов.      | Масса гр.<br>на одну порцию |           |            |           |          |           |
|--|-----------------------------|-----------|------------|-----------|----------|-----------|
|  | брутто                      | нетто     | брутто     | нетто     | брутто   | нетто     |
| Капуста белокочанная<br>свежая                     | 29,6                        | 23,6      | 49,3       | 39,5      | 59,2     | 47,3      |
| Масса прогретой капусты                            | -                           | 21,3      | -          | 35,5      | -        | 42,6      |
| Морковь (или лук зеленый)<br>до 01.01.<br>с 01.01. | 3,8<br>4                    | 3         | 6,2<br>6,6 | 5         | 7,5<br>8 | 6         |
| Кислота лимонная                                   | 0,09                        | 0,09      | 0,15       | 0,15      | 0,18     | 0,18      |
| Вода кипяченая                                     | 2,9                         | 2,9       | 4,85       | 4,85      | 5,8      | 5,8       |
| Сахар  | 1,5                         | 1,5       | 2,5        | 2,5       | 3        | 3         |
| Масло растительное                                 | 1,5                         | 1,5       | 2,5        | 2,5       | 3        | 3         |
| <b>Выход :</b>                                     | -                           | <b>30</b> | -          | <b>50</b> | -        | <b>60</b> |

**Технология приготовления.**

Лимонную кислоту растворяют в воде. Капусту и подготовленную морковь шинкуют соломкой, добавляют соль (10г на 1 кг), раствор лимонной кислоты и нагревают при непрерывном помешивании не менее 2 минут при  $t=95-100^{\circ}\text{C}$ . Не следует перегревать капусту, так как она будет мягкой. Прогретую капусту с морковью охлаждают, добавляют сахар и растительное масло, перемешивают.

**Требования к качеству.**

*Внешний вид :* овощи нарезаны тонкой соломкой. Салат заправлен растительным маслом, уложен горкой.

*Цвет :* желтоватый от моркови.

*Консистенция :* хрустящая, не жесткая, сочная.

*Вкус:* приятно-кисловатый со слегка ощутимой сладостью, умеренно соленый, без горечи.

*Запах:* свежей белокочанной капусты в смеси с морковью и аромата растительного масла .

30 гр

| Пищевая и энергетическая<br>ценность. | Витамины | Минеральные вещества. |
|---------------------------------------|----------|-----------------------|
| Б- 0,42                               | В1-0,008 | Са-11,21              |
| Ж-1,52                                | В2-0,011 | Fe-0,15               |

|                 |         |  |
|-----------------|---------|--|
| У- 2,7          | С- 9,73 |  |
| Э.Ц- 26,22 ккал | А---    |  |

50 гр

| Пищевая и энергетическая ценность. | Витамины | Минеральные вещества. |
|------------------------------------|----------|-----------------------|
| Б- 0,7                             | В1-0,014 | Са-18,68              |
| Ж-2,53                             | В2-0,018 | Fe-0,25               |
| У- 4,5                             | С- 16,22 |                       |
| Э.Ц- 43,7 ккал                     | А---     |                       |

60 гр

| Пищевая и энергетическая ценность. | Витамины | Минеральные вещества. |
|------------------------------------|----------|-----------------------|
| Б- 0,84                            | В1-0,016 | Са-22,42              |
| Ж-3,04                             | В2-0,021 | Fe-0,3                |
| У- 5,41                            | С- 8,43  |                       |
| Э.Ц- 52,44 ккал                    | А---     |                       |

Руководитель производства



Сапрыкина М.А