##  **МКОУ «Ортаколинская СОШ»**

 Утверждаю

 Директор МКОУ «Ортаколинская СОШ»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.М.Ахмедханов

##  **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 18**

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. ценность, ккал  | Са  | Mg  | Р  | Fe  | В1  | 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