



Салат из свеклы № 33

Наименование блюда: **Салат из свеклы**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 33

Вид обработки: **Варка**

Наименование сборника рецептов: *Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна*

Рецептура (раскладка продуктов) на 60 грамм нетто/на 40 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла	72,96	57	48,64	38
Масло растительное	3	3	2	2

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 60 грамм блюда	Содержание питательных веществ на 40 грамм блюда
Белки, г	0,852	0,568
Жиры, г	3,654	2,436
Углеводы, г	5,016	3,344
Калорийность, ккал	56,34	37,56
В1, мг	0,012	0,008
В2, мг	0,024	0,016
С, мг	5,7	3,8
Са, мг	21,09	14,06
Fe, мг	0,798	0,532

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Отварную очищенную свеклу нарезают мелкой соломкой. При отпуске свеклу заправляют растительным маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: свекла нарезана мелкой соломкой, салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: темно-малиновый

Вкус: свойственный свекле и растительному маслу

Запах: свеклы и растительного масла