

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ  
Детский сад № 4 «Светлячок»  
Дючкова А.Н.  
21.03.2017г. приказ № 65

## Щи из свежей капусты с картофелем № 67

Наименование блюда: **Щи из свежей капусты с картофелем**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 67

Вид обработки: **Варка**

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

**Рецептура (раскладка продуктов) на 200/195 грамм нетто/на 180/175 грамм нетто блюда:**

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная	50/48,75	40/39	45/43,75	36/35
Картофель	32/31,2	24/23,4	28,8/28	21,6/21
Морковь	12,6/12,29	10/9,75	11,34/11,25	9/8,75
Лук	9,6/9,36	8/7,8	8,64/8,4	7,2/7
Томат-паста	2/1,95	2/1,95	1,8/1,75	1,8/1,75
Масло растительное	2,5/2,5	2,5/2,5	3,6/3,5	3,6/3,5
Бульон мясной №511	-	160/156	-	144/140
или Вода питьевая	160/156	160/156	144/140	144/140
Соль пищевая йодированная	1	1	0,9	0,9

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

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 200/195 грамм блюда	Содержание питательных веществ на 180 грамм блюда
Белки, г	1,4/1,365	1,26/1,225
Жиры, г	3,9/3,803	3,51/3,412
Углеводы, г	6,78/6,611	6,102/5,932
Калорийность, ккал	67,8/66,105	61,02/59,325
В1, мг	0,04/0,039	0,036/0,035
В2, мг	0,04/0,039	0,036/0,035
С, мг	14,78/14,411	13,302/12,932
Са, мг	34,66/33,794	31,194/30,327
Fe, мг	0,64/0,624	0,576/0,56

**Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:**

### Технология приготовления

Капусту нарезают квадратиками, картофель - дольками. В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют припущенные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют припущенное томатное пюре. При приготовлении щей из ранней капусты, ее закладывают после картофеля. Выход порции определяется возрастной группой.

#### Требования к качеству

**Внешний вид:** в жидкой части щей - капуста, нарезанная квадратиками, морковь, лук, картофель - дольками

**Консистенция:** капуста - упругая, овощи - мягкие, соблюдается соотношение - жидкой и плотной части

**Цвет:** бульона - желтый, жира на поверхности - оранжевый; овощей - натуральный

**Вкус:** капусты в сочетании с входящими в состав овощами, умеренно соленый

**Запах:** продуктов, входящих в щи