

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



## Суп картофельный с крупой № 80

Наименование блюда: Суп картофельный с крупой

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 80

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 200 грамм нетто/на 180 грамм нетто блюда:**

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель	80	60	72	54
Крупа перловая	8	8	7,2	7,2
или Крупа овсяная	8	8	7,2	7,2
или Крупа пшеничная	8	8	7,2	7,2
или Крупа манная	8	8	7,2	7,2
или Пшено	8	8	7,2	7,2
или Рис	8	8	7,2	7,2
или Геркулес	8	8	7,2	7,2
Морковь	10	8	9	7,2
Лук	9,6	8	8,64	7,2
Масло растительное	2	2	1,8	1,8
Бульон мясной №511	-	140	-	126
или Вода питьевая	140	140	126	126
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 грамм блюда	Содержание питательных веществ на 180 грамм блюда
Белки, г	2	1,8
Жиры, г	2,24	2,016
Углеводы, г	13,6	12,24
Калорийность, ккал	82,6	74,34
В1, мг	0,08	0,072
В2, мг	0,04	0,036
С, мг	6,6	5,94
Са, мг	20,72	18,648
Fe, мг	0,82	0,738

**Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:**

### Технология приготовления

Лук мелко шинкуют, морковь нарезают мелкими кубиками и припускают. Картофель нарезают кубиками. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль. В конце варки заправляют сметаной и зеленью, доводят до кипения. Выход порции определяется возрастной группой.

#### Требования к качеству

**Внешний вид:** в жидкой части супа - картофель и овощи, нарезанные кубиками, крупа - хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму

**Консистенция:** овощи мягкие, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа

Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый

Вкус: картофеля и припущенных овощей, умеренно соленый

Запах: продуктов, входящих в суп

Суп картофельный с грибами

Ингредиенты: картофель 100 г, морковь 10 г, лук 10 г, помидоры 10 г, грибы 10 г, чеснок 10 г, растительное масло 10 г, соль 0,5 г, перец 0,5 г, вода 1 л.

Процесс приготовления: Картофель нарезать кубиками, морковь и лук мелко нарезать, помидоры нарезать кубиками, грибы нарезать кусочками. В растительном масле обжарить лук и морковь до золотистости. Добавить картофель и грибы, жарить 5 минут. Добавить помидоры, чеснок, соль, перец и воду. Варить до готовности картофеля (около 20 минут).

Ингредиенты: картофель 100 г, морковь 10 г, лук 10 г, помидоры 10 г, грибы 10 г, чеснок 10 г, растительное масло 10 г, соль 0,5 г, перец 0,5 г, вода 1 л.

№ п/п	Наименование сырья	Масса, г	Единица измерения
1	Картофель	100	г
2	Морковь	10	г
3	Лук репчатый	10	г
4	Помидоры	10	г
5	Грибы (любые)	10	г
6	Чеснок	10	г
7	Растительное масло	10	г
8	Соль	0,5	г
9	Перец (черный)	0,5	г
10	Вода	1000	мл

Процесс приготовления: Картофель нарезать кубиками, морковь и лук мелко нарезать, помидоры нарезать кубиками, грибы нарезать кусочками. В растительном масле обжарить лук и морковь до золотистости. Добавить картофель и грибы, жарить 5 минут. Добавить помидоры, чеснок, соль, перец и воду. Варить до готовности картофеля (около 20 минут).

№ п/п	Наименование сырья	Масса, г	Единица измерения
1	Картофель	100	г
2	Морковь	10	г
3	Лук репчатый	10	г
4	Помидоры	10	г
5	Грибы (любые)	10	г
6	Чеснок	10	г
7	Растительное масло	10	г
8	Соль	0,5	г
9	Перец (черный)	0,5	г
10	Вода	1000	мл

Процесс приготовления: Картофель нарезать кубиками, морковь и лук мелко нарезать, помидоры нарезать кубиками, грибы нарезать кусочками. В растительном масле обжарить лук и морковь до золотистости. Добавить картофель и грибы, жарить 5 минут. Добавить помидоры, чеснок, соль, перец и воду. Варить до готовности картофеля (около 20 минут).

Процесс приготовления: Картофель нарезать кубиками, морковь и лук мелко нарезать, помидоры нарезать кубиками, грибы нарезать кусочками. В растительном масле обжарить лук и морковь до золотистости. Добавить картофель и грибы, жарить 5 минут. Добавить помидоры, чеснок, соль, перец и воду. Варить до готовности картофеля (около 20 минут).

Ингредиенты: картофель 100 г, морковь 10 г, лук 10 г, помидоры 10 г, грибы 10 г, чеснок 10 г, растительное масло 10 г, соль 0,5 г, перец 0,5 г, вода 1 л.