**Утверждаю**

**Директор ООО «ХЕЛФ ФУД»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Крюкова Э.В.**

**«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г.**

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Салат «Здоровье»**

Номер рецептуры: ТТК - 65

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур

на продукцию для обучающихся во всех

образовательных учреждениях, 2004,

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабриката | | | |
| 1 порция | | 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Свекла до 1-го января | 27 | 21,61 | 45 | 361 |
| \*\*\* с 1-го января | 28,73 | 21,61 | 48 | 361 |
| Морковь до 1 января | 29,25 | 23,41 | 49 | 391 |
| \*\*\* с 1-го января | 31,12 | 23,41 | 52 | 391 |
| Зеленый горошек консервированный | 12,96 | 8,4 | 21,6 | 14 |
| Масло растительное | 8,4 | 8,4 | 14 | 14 |
| Соль | 0,6 | 0,6 | 1 | 1 |
| Выход: | - | 60 | - | 100 |

1масса варенных очищенных овощей

**Химический состав данного блюда**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г. | Углеводы, г | Энерг.  ценность,  ккал | Са | Mg | Fe | B1 | В2 | С |
| 60 | 5,34 | 5,4 | 10,8 | 33,00 | 13,14 | 10,8 | 0,18 | 0,03 | 0,04 | 4,5 |
| 100 | 8,9 | 9 | 18 | 55,00 | 21,9 | 18,0 | 0,3 | 0,05 | 0,07 | 7,5 |

Технология приготовления

Свеклу, морковь предварительно промывают, тщательно перебирают, повторно промывают в проточной питьевой воде в течении 5 мин. и отваривают до готовности, затем очищают. Зелёный горошек консервированный выкладывают в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку в течении 5-8 мин., затем охлаждают до температуры 8-100С. Вареные морковь, свеклу нарезают кубиками, добавляют отварной зеленый горошек, заправляют растительным маслом, солью перед употреблением.

**Требования к оформлению, реализации, хранению**

Салат укладывают горкой. Температура подачи блюда 10-14 0С.

Требования к качеству

Внешний вид: свекла, морковь нарезаны ломтиками, салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: натуральный, свойственный овощам

Вкус: соответствующих овощей, умеренно соленый

Запах: овощей, растительного масла