**СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ №95**

[[Программа Детский сад: Питание СПб](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)Наименование блюда: **СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) **№95**

Вид обработки: **Варка**

|  |
| --- |
| Вес блюда:  грамм |

*Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
| [Капуста белокочанная](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup2/12/18.php) | 30 | 24 |
| [Картофель](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup2/12/3.php) | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* |
| *или* [Картофель быстрозамороженный](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup2/12/139.php) | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* |
| *или* [Картофель молодой](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup2/12/147.php) | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* |
| [Морковь](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup2/12/5.php) | 15 | 12 |
| *или* [Морковь красная быстрозамороженная](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup2/12/140.php) | 16 | 12 |
| [Лук](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup2/12/4.php) | 14.4 | 12 |
| [Горошек зеленый консервированный](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup2/13/44.php) | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* |
| [Масло сливочное](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup2/7/9.php" \o "Открыть страницу о продукте), курица, мясо | 6 | 6 |
| [Вода питьевая](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup2/10/10.php) | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* |
| [Сметана (с массовой долей жира 10-15 %)](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup2/7/85.php) | 10 | 10 |

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

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН | Содержание питательных веществ на 100грамм блюда |
| Белки, г | 1.86 |
| Жиры, г | 2.6 |
| Углеводы, г | 6.32 |
| Калорийность, ккал | 56.42 |
| B1, мг | 0.05 |
| B2, мг | 0 |
| C, мг | 6.82 |
| Ca, мг | 18.6 |
| Fe, мг | 0.5 |

*Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети 1-3 лет (ясли) | Дети 3-7 лет (детский сад) |
| 8-10 часов | 200 | 200 |
| 12 часов | 200 | 200 |
| 24 часа | 200 | 200 |

*Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:*

|  |
| --- |
| Технология приготовления |
| Мелко нашинкованную морковь и лук пассеруют на сливочном масле. В кипящую воду кладут нашинкованную белокочанную капусту, нарезанные дольки картофеля. За 10-15 мин до окончания варки супа добавляют пассерованные овощи, горошек зеленый, соль, сметану. |