**Суп картофельный с бобовыми**

[[Программа Детский сад: Питание](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 картофельный с бобовыми**

Технологическая карта (кулинарный рецепт)  Вид обработки: **Варка**

|  |
| --- |
| Вес блюда:  грамм |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
| [Картофель](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/12/3.php) | 26.7 | 20 |
| [Фасоль](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/9/98.php) | 8.1 | 8 |
| *или* [Горох (очищенный)](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/9/194.php) | 8.1 | 8 |
| *или* [Чечевица](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/9/286.php) | 10.1 | 10 |
| [Лук](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/12/4.php) | 4.8 | 4 |
| [Морковь](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/12/5.php) | 6.4 | 5 |
| [Масло растительное](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/10/8.php) | 2 | 2 |
| [**Бульон мясной №511**](http://pbprog.ru/databases/fooddoup1/6/56.php) | - | 70 |
| *или* [Вода питьевая](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/10/10.php) | 70 | 70 |

*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 | 2.05 |
| Жиры, г | 2.14 |
| Углеводы, г | 6.45 |
| Калорийность, ккал | 53.3 |
| B1, мг | 0.06 |
| B2, мг | 0.03 |
| C, мг | 2.33 |
| Ca, мг | 20.11 |
| Fe, мг | 0.72 |

*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 | 180 | 220 |
|  |  |  |
|  |  |  |

*Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:*

|  |
| --- |
| Технология приготовления |
| Картофель нарезают крупными кубиками, морковь и петрушку - мелкими кубиками, лук мелко рубят. Подготовленную фасоль, или горох, или чечевицу кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, припущенные морковь и лук и варят до готовности. Рекомендуется для детей старшей возрастной группы. Требования к качеству Внешний вид: в жидкой части супа - картофель, нарезанный кубиками или дольками; горох (кроме лущеного) или фасоль - в виде целых, неразваренных зерен Консистенция: картофель и бобовые - мягкие; горох лущеный - пюреобразный, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа Цвет: светло-желтый (горчичный) - супа горохового; светло-коричневый - супа фасолевого Вкус: умеренно соленый, свойственный гороху или фасоли. Запах: продуктов, входящих в суп |