

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 123

Компот из свежемороженой ягоды

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Плоды и ягоды быстрозамороженные	10,5	10,5
Сахар-песок	8,0	8,0
Вода питьевая	85,0	85,0
Выход		100

В 100 г данного блюда (черная смородина) содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
0,1	0,04	8,71	3,76	3,1	3,3	0,15
Витамины мг.						Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C		
0	0,003	0,004	0,03	20,0		34,72

Способ приготовления:

Свежемороженые ягоды, не размораживая, засыпать в кипящую воду, добавить сахар, вновь довести до кипения. Компот охладить до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования: Цвет и запах - в зависимости от сорта ягод (черная смородина, клюква, черника и т.д.)