

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 57

Рагу овощное

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	54,1	40,6
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	58,0	40,6
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	62,5	40,6
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	67,7	40,6
или		
Картофель быстрозамороженный	40,6	40,6
Капуста белокочанная (х/о 20%)	32,0	25,6
Морковь красная		
до 01.01 х/о – 20%	30,0	24,0
с 01.01 х/о-25%	32,0	24,0
или		
Морковь красная быстрозамороженная	24,0	24,0
Лук репчатый	15,0	12,6
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	12,6	12,6
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	30,0	30,0
Масло сливочное несоленое	3,0	3,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,3	0,3
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
2,50	3,39	9,63	64,24	25,19	71,44	0,71
Витамины мг.						Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C		
0,06	0,06	0,08	0,81	5,62	84,21	

Допускается взамен овощей свежих использовать соответствующие овощи свежие быстрозамороженные в тех же количествах (нетто), Их используют без предварительного размораживания.

Способ приготовления:

Картофель, морковь очистить, промыть, нарезать дольками или кубиками и припустить в небольшом количестве воды со сливочным маслом до полуготовности. Белокочанную капусту нарезать шашечками и припустить в воде. Затем

картофель и овощи соединить, залить горячим молоком, добавить соль и продолжать тушить до готовности.

Требования: Овощи должны сохранять форму нарезки. Вкус и запах характерные для тушеных овощей.