

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА**

Рецептура № 45

**Суп фасолевый**

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Фасоль	12,0	12,0
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	37,3	28,0
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	40,0	28,0
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	43,1	28,0
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	46,7	28,0
или		
Картофель быстрозамороженный	28,0	28,0
Морковь красная		
до 01.01 х/о –20%	8,0	6,4
с 01.01 х/о-25%	8,5	6,4
или		
Морковь красная быстрозамороженная	6,4	6,4
Лук репчатый	5,0	4,2
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	4,2	4,2
Укроп (х/о-26%)	1,0	0,74
Вода питьевая	120,0	120,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,35	0,35
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
2,88	0,34	9,58	32,52	23,52	80,37	1,05

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0	0,08	0,04	0,59	3,39	59,03

Способ приготовления:

Фасоль перебрать, промыть, замочить в холодной воде в течение 2-3 часов. Очищенный картофель нарезать кубиками, морковь и лук репчатый нашинковать. Замоченную фасоль варить в той же воде 1-1,5 часа без соли на слабом огне при закрытой крышке до размягчения. Затем добавить нарезанный кубиками картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая) и варить 7-10 минут. Ввести овощи (морковь, лук) (замороженные овощи - не размораживая), соль и продолжать варить до готовности. В конце варки добавить зелень и довести суп до кипения.

Требования: овощи сохраняют правильную форму нарезки, не переварены. Фасоль и овощи мягкой консистенции. Цвет супа – сероватый. Вкус соответствует набору продуктов.