

Бутерброд с сыром



№ 2
наименование предприятия

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 2

Код по ОКУД
№ рецептуры

№ 3

наименование блюда Бутерброд с сыром
Источник рецептуры Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (Хлебродинформ) Москва 2004 г

Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Хлеб пшеничный формовой из муки в/с	кг	0,03	0,03
Сыр твердый Российский	кг	0,031	0,031
Выход готового блюда		30/30	

Технология приготовления и оформления блюда:

Нарезают хлеб и на каждый кусочек кладут кусочек сыра.

Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	183	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	401
Белки (г)	9	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	229
Жиры (г)	9	ВитаминС (г)		Магний (г)	15
Углеводы (г)	15	ВитаминРР (г)		Фосфор (г)	175
Витамина А (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	1

Утверждаю:

Запеканка из творога



МБОУ СОШ № 2
наименование предприятия

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 28

Код по ОКУД
№ рецептуры

Наименование блюда: Запеканка из творога
Источник рецептуры: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (Хлебродинформ) Москва 2004 г.

№ 366

Состав:

Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Творог 9 % жирн.	0,094	0,094
Крупа манная	0,008	0,008
Сахар-песок	0,007	0,007
Яйцо куриное целое	0,003	0,003
Масло подсолнечное	0,003	0,003
Молоко сгущенное с сахаром 5,0% жирности	0,02	0,02
Выход готового блюда	100/20	

Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: протертый творог смешивают с просеянной крупой манной, продуктом яичным жидким пастеризованным, сахаром-песком, солью. Полученную массу тщательно перемешивают и выкладывают слоем 3-4 см на смазанные маслом сливочным и посыпанные сухарями панировочными противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной. Приготовленный полуфабрикат запекают в духовом шкафу при температуре 250-280° С в течение 20-30 мин до готовности.
Температура подачи: 65±5° С.
Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	304	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	69
Белки (г)	20	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	221
Жиры (г)	13	ВитаминС (г)	1	Магний (г)	30
Углеводы (г)	47	ВитаминРР (г)	1	Фосфор (г)	215
ВитаминА (г)	47	ВитаминЕ (г)		Железо (г)	1

Утверждаю:

Каша геркулесовая, бутерброд с колбасой



Ш № 2
наименование предприятия

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 2.01

наименование блюда: Бутерброд с колбасой полукопченой
Источник рецептуры: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (Хлебродинформ) Москва 2004 г.

Код по ОКУД № рецептуры: № 6

Состав:		Брутто	Нетто
Наименование продуктов			
Хлеб пшеничный формовой из муки в/с	кг	0,03	0,03
Колбаса п-к школьная	кг	0,031	0,031
Выход готового блюда			-30/30

Технология приготовления и оформления блюда:
Нарезают хлеб и на каждый кусочек ложат кусочек колбасы

Сведения о пищевой ценности блюда:			
Калорийность (Ккал)	201	ВитаминВ1 (г)	150
Белки (г)	4	ВитаминВ2 (г)	12
Жиры (г)	7	ВитаминС (г)	4
Углеводы (г)	8	ВитаминРР (г)	20
ВитаминА (г)		ВитаминЕ (г)	1
		Железо (г)	

Утверждаю: _____

Каша геркулесовая, молочная вязкая
Наименование товара

№	Набор сырья	Норма расхода сырья в граммах	
		На 5 порций	
		Брутто	Нетто
1	Крупа геркулесовая		222
2	Молоко		500
3	Вода		420
4	Сахар		30
5	Масло сливочное		10
		Выход: 1000	

Каша гречневая с котлетой



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1044

Код по ОКУД
№ рецептуры

4

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 19

Код по ОКУД
№ рецептуры

таб 4

Состав:	Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Огурцы	Огурцы свежие	кг 0,106	0,1
Выход готового блюда			100

Технология приготовления и оформления блюда:
Технология приготовления: огурцы свежие промывают в проточной воде дважды, отрезают место прикрепления плодоножки, нарезают на порции.
Температура подачи: 14±2°С.
Срок реализации: не более 2-х часов с момента подготовки.

Сведения о пищевой ценности блюда:			
Калорийность (Ккал)	14	ВитаминВ2 (г)	Магний (г)
Белки (г)	1	ВитаминС (г)	5
Жиры (г)		ВитаминРР (г)	Железо (г)
Углеводы (г)	3	ВитаминЕ (г)	
ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	23

Утверждаю:

Состав:	Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Крупа гречневая	Каша гречневая рассыпчатая	кг 0,045	0,045
Масло сливочное несоленое «Крестьянское»	Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (Хлебродинформ) Москва 2004 г	кг 0,005	0,005
Соль поваренная пищевая		кг 0,001	0,001
Выход готового блюда			100

Технология приготовления и оформления блюда:
Технология приготовления: крупу гречневую перебирают, промывают в теплой воде. Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую воду. При этом всплывшие пустотельные зерна удаляют. Добавляют масло сливочное. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша сделается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упеть, за это время она приобретает своеобразный приятный запах и цвет. При варке в налитной посуде для управления набухания крупы уменьшают нагрев, закрывают котел крышкой и доводят кашу до готовности.
Температура подачи: 65±5°С.
Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

Сведения о пищевой ценности блюда:			
Калорийность (Ккал)	172	ВитаминВ1 (г)	Натрий (г)
Белки (г)	6	ВитаминВ2 (г)	Кальций (г)
Жиры (г)	5	ВитаминС (г)	Магний (г)
Углеводы (г)	16	ВитаминРР (г)	2
ВитаминА (г)		ВитаминЕ (г)	Железо (г)

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 33

Код по ОКУД
№ рецептуры

№ 451

Наименование блюда
Источники рецептуры

Котлеты с соусом
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (Хлебродинформ) Москва 2004 г

Состав:	Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Говядина 1 кат.		кг 0,037	0,037
Хлеб пшеничный формовой из муки в/с		кг 0,009	0,009
Молоко пастеризованное 3,2% жирности		кг 0,012	0,012
Масло подсолнечное		кг 0,003	0,003
Соус томатный ДП		кг 0,05	0,05
Выход готового блюда			50/50

Технология приготовления и оформления блюда:
Технология приготовления: подготовленное мясо котлетное нарезают на куски, измельчают на мясорубке вместе с хлебом пшеничным, предварительно размоченным в молоке или воде, добавляют соль поваренную йодированную, тщательно перемешивают и формируют котлеты непланированные, которые укладывают на противень, предварительно смазанный маслом сливочным. В середине по длине котлеты делают углубление, заполняют его густым соусом молочным, посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным маслом сливочным и запекают в духовом шкафу или в пароконвектомате (в режиме «жар-пар») при температуре 250-280°С, в течение 15 минут. Для приготовления соуса молочного муку пшеничную просеивают, и, непрерывно помешивая, варят при слабом кипении в течение 7-10 мин. Затем в соус добавляют соль поваренную йодированную, процеживают, доводят до кипения, заправляют маслом сливочным промоченным, помешивая, прогревают соус до температуры 80-85°С, но не кипятят.
Температура подачи: 65±5°С.
Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

Сведения о пищевой ценности блюда:			
Калорийность (Ккал)	175	ВитаминВ1 (г)	Натрий (г)
Белки (г)	9	ВитаминВ2 (г)	Кальций (г)
Жиры (г)	12	ВитаминС (г)	2
Углеводы (г)	9	ВитаминРР (г)	2
ВитаминА (г)		ВитаминЕ (г)	1

Утверждаю:

Каша рисовая молочная, бутерброд



ИШ № 2
наименование предприятия

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 2.01

Наименование блюда: Бутерброд с колбасой полукопченой
 Источник рецептуры: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (Хлебродинформ) Москва 2004 г.

Код по ОКУД № рецептуры: № 6

Состав:

Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Хлеб пшеничный формовой из муки в/с	кг 0,03	0,03
Колбаса п-к школьная	кг 0,031	0,031
Выход готового блюда		30/30

Технология приготовления и оформления блюда:

Нарезают хлеб и на каждый кусочек ломят кусочек колбасы

Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	201	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	150
Белки (г)	4	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	12
Жиры (г)	7	ВитаминС (г)	22	Магний (г)	4
Углеводы (г)	8	ВитаминРР (г)		Фосфор (г)	20
ВитаминА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	1

Утверждаю:

ИШ № 2
наименование предприятия

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 4

Наименование блюда: Каша рисовая молочная с маслом
 Источник рецептуры: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (Хлебродинформ) Москва 2004 г.

Код по ОКУД № рецептуры: Таблица 4

Состав:

Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Сахар-песок	кг 0,006	0,006
Молоко пастеризованное 3,2% жирности	кг 0,096	0,096
Крупа рисовая	кг 0,044	0,044
Масло сливочное несоленое «Крестьянское»	кг 0,01	0,01
Соль поваренная пищевая	кг 0,001	0,001
Выход готового блюда		200/10

Технология приготовления и оформления блюда:

Вязкие каши варят на воде, молоке и молоке с добавлением воды. При варке необходимо учитывать, что овсяная, пшеничная, кукурузная крупы и пшено в молоке с добавлением воды развариваются медленнее, чем в воде. Поэтому сначала эти крупы варят 20-30 мин в кипящей воде (пшено не более 10-мин), после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности. Значительно лучше и быстрее развариваются хлопья овсяные Геркулес, манная, и дробленые крупы: овсяная, рисовая, ячневая и пшеничная. Эти крупы засыпают в кипящую воду с молоком и варят до готовности. Манная крупа в воде или молоке с водой при температуре 90-95 градусов почти полностью набухает и быстро разваривается. Поэтому ее следует всыпать в горячую жидкость и при непрерывном помешивании и варить 20 мин. Гречневую крупу засыпают в кипящую жидкость, добавляют соль, сахар и варят, периодически помешивая, до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упрямления каши до готовности. Молочные вязкие каши отпуская в горячем виде с растопленным маслом или посыпая сахаром.

Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	294	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	442
Белки (г)	6	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	125
Жиры (г)	11	ВитаминС (г)	1	Магний (г)	36
Углеводы (г)	30	ВитаминРР (г)	1	Фосфор (г)	156
ВитаминА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	1

Утверждаю:

Каша пшеничная с котлетой



№ 32
наименование предприятия

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 32

Наименование блюда: Каша пшеничная
Источники рецептуры: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (Хлебродинформ) Москва 2004 г.

Код по ОКУД: _____
№ рецептуры: 297

Состав:

Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Крупа пшено шлифованное	кг 0,04	0,04
Масло сливочное несоленое «Крестьянское»	кг 0,007	0,007
Соль поваренная пищевая	кг 0,001	0,001
Выход готового блюда		150

Технология приготовления и оформления блюда:
Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую воду. При этом всплывающие зёрна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Масло сливочное можно добавлять во время варки или использовать его, поливая кашу при отпуске.

Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	183	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	392
Белки (г)	8	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	16
Жиры (г)	6	ВитаминС (г)		Магний (г)	33
Углеводы (г)	27	ВитаминРР (г)	1	Фосфор (г)	96
ВитаминА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	1

Утверждаю: _____

№ 33
наименование предприятия

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 33

Наименование блюда: Котлеты с соусом
Источники рецептуры: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (Хлебродинформ) Москва 2004 г.

Код по ОКУД: _____
№ рецептуры: № 451

Состав:

Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Говядина 1 кат.	кг 0,037	0,037
Хлеб пшеничный формовой из муки в/с	кг 0,009	0,009
Молоко пастеризованное 3,2% жирности	кг 0,012	0,012
Масло подсолнечное	кг 0,003	0,003
Соус томатный ДП	кг 0,05	0,05
Выход готового блюда		50/50

Технология приготовления и оформления блюда:
Технология приготовления: подготовленное мясо котлетное нарезают на куски, измельчают на мясорубке вместе с хлебом пшеничным, предварительно размоченным в молоке или воде, добавляют соль поваренную йодированную, тщательно перемешивают и формируют котлеты непанированные, которые укладывают на противень, предварительно смазанный маслом сливочным. В середине по длине котлеты делают углубление, заполняют его густым соусом молочным, посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным маслом сливочным и запекают в духовом шкафу или в пароконвектомате (в режиме «жар-пар») при температуре 250-280°С в течение 15 минут. Для приготовления соуса молочного муку пшеничную просеивают, подсушивают на сковороде (без масла) до светло-желтого цвета при постоянном помешивании, охлаждают, разводят молоком и, непрерывно помешивая, варят при слабом кипении в течение 7-10 мин. Затем в соус добавляют соль поваренную йодированную, процеживают, доводят до кипения, заправляют маслом сливочным пропеченным, помешивая, прогревают соус до температуры 80-85°С, но не кипятят.
Температура подачи: 65±5°С.
Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	175	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	300
Белки (г)	9	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	30
Жиры (г)	12	ВитаминС (г)	2	Магний (г)	15
Углеводы (г)	9	ВитаминРР (г)	2	Фосфор (г)	112
ВитаминА (г)		ВитаминЕ (г)	1	Железо (г)	1

Утверждаю: _____

Макароны отварные, чай с лимоном



Исходное наименование предприятия
ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1044
 Наименование блюда: Огурцы свежие
 Код по ОКУД: 4
 № рецептуры: 4
 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (Хлебродинформ) Москва 2004 г.

Состав:	Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Огурцы	кг	0,106	0,1
Выход готового блюда			100

Технология приготовления и оформления блюда:
 Технология приготовления: огурцы свежие промывают в проточной воде дважды, отрезают место прикрепления плодоножки, нарезают на порции.
 Температура подачи: 14±2°C.
 Срок реализации: не более 2-х часов с момента подготовки.

Сведения о пищевой ценности блюда:			
Калорийность (Ккал)	14	ВитаминВ2 (г)	Магний (г)
Белки (г)	1	ВитаминС (г)	5
Жиры (г)	1	ВитаминРР (г)	42
Углеводы (г)	3	ВитаминЕ (г)	Железо (г)
ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	23

Утверждаю: _____

Исходное наименование предприятия
ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 23
 Наименование блюда: Макароны изделия отварные
 Код по ОКУД: № 332
 № рецептуры: № 332
 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (Хлебродинформ) Москва 2004 г.

Состав:	Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Макароны из муки в/с	кг	0,053	0,053
Масло подсолнечное	кг	0,005	0,005
Соль поваренная пищевая	кг	0,001	0,001
Выход готового блюда			150

Технология приготовления и оформления блюда:
 Макароны изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воде (на 1 кг - 6 литров)Варят 20-30 мин. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с расплавленным сливочным маслом, чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде с соусом или сливочным маслом.

Сведения о пищевой ценности блюда:			
Белки (г)	6	ВитаминРР (г)	1
ВитаминЕ (г)	1	ВитаминС (г)	Кальций (г)
ВитаминА (г)	1	Железо (г)	Магний (г)
ВитаминВ1 (г)	1	Жиры (г)	Натрий (г)
ВитаминВ2 (г)	1	Калорийность (Ккал)	224
		Фосфор (г)	37

Утверждаю: _____

Исходное наименование предприятия
ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 20.01
 Наименование блюда: Чай с сахаром и лимоном
 Код по ОКУД: № 686
 № рецептуры: № 686
 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (Хлебродинформ) Москва 2004 г.

Состав:	Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Сахар-песок	кг	0,015	0,015
Чай черный	кг	0,001	0,001
Лимон	кг	0,007	0,007
Выход готового блюда			200

Технология приготовления и оформления блюда:
 Технология приготовления: для приготовления чая-заварки используют фарфоровый или фаянсовый чайник, который первоначально ополаскивают крутым кипятком, насыпают чай черный байховый на определенное количество порций, заливают кипятком на 1/3-1/2 объема чайника, закрывают крышкой, накрывают чайник салфеткой, настаивают. Для приготовления чая в стакан или чашку наливают заварку, ложат лимон и доливают кипятком. Сахар подают отдельно в индивидуальной упаковке промышленного производства.

Сведения о пищевой ценности блюда:			
Калорийность (Ккал)	60	ВитаминВ1 (г)	Натрий (г)
Белки (г)	1	ВитаминВ2 (г)	Кальций (г)
Жиры (г)	1	ВитаминС (г)	3
Углеводы (г)	15	ВитаминРР (г)	Магний (г)
ВитаминА (г)	1	ВитаминЕ (г)	Фосфор (г)
		Железо (г)	1

Утверждаю: _____

Плов, кисель



наименование предприятия

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 35

Наименование блюда: Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства

Код по ОКУД

Источники рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (Хлебродинформ) Москва 2004 г.

№ рецептуры: № 648

Состав:

Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Кисель витаминизированный	0,024 кг	0,024
Выход готового блюда		200

Технология приготовления и оформления блюда:
 Технология приготовления: концентрат киселя засыпают в кипящую воду, интенсивно перемешивая до получения однородного продукта. Не кипятить. Готовый напиток охлаждают до комнатной температуры и разливают в стаканы или чашки.
 Температура подачи: 20±5°С.
 Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

Сведения о пищевой ценности блюда:

Белки (г)	ВитаминPP (г)	4	Кальций (г)	60
ВитаминE (г)	ВитаминC (г)	24	Магний (г)	
ВитаминA (г)	Железо (г)		Натрий (г)	
ВитаминB1 (г)	Жиры (г)		Углеводы (г)	17
ВитаминB2 (г)	Калорийность (Ккал)	69	Фосфор (г)	

Утверждаю: _____

наименование предприятия

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 443

Наименование блюда: Плов

Код по ОКУД

Источники рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (Хлебродинформ) Москва 2004 г.

№ рецептуры: 443

Состав:

Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Говядина 1 кат.	0,079 кг	0,079
Крупа рисовая	0,07 кг	0,07
Масло подсолнечное	0,01 кг	0,01
Лук репчатый	0,01 кг	0,01
Морковь	0,01 кг	0,01
Томатная паста. Консервы	0,01 кг	0,01
Выход готового блюда		250

Технология приготовления и оформления блюда:
 Нарезанное кусочками мясо тушат с добавлением соли овощей и томатной пасты. Затем заливают горячей водой, доводят до кипения, всыпают промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, закрывают крышкой и ждут мин 20 пока плов дойдет.

Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	513	ВитаминB1 (г)	Натрий (г)	64	
Белки (г)	20	ВитаминB2 (г)	Кальций (г)	21	
Жиры (г)	23	ВитаминC (г)	6	Магний (г)	63
Углеводы (г)	55	ВитаминPP (г)	5	Фосфор (г)	272
ВитаминA (г)		ВитаминE (г)		Железо (г)	3

Утверждаю: _____

Суп картофельный с вермишелью и курицей



СОШ № 9

наименование предприятия

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 140

Наименование блюда Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей

Источник рецептуры

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (Хлебродинформ) Москва 2004 г.

Код по ОКУД

№ рецептуры

143

Состав:

Наименование продуктов	Брутто	Нетто
Картофель кг	0,1	0,1
Макароны из муки в/с кг	0,01	0,01
Морковь кг	0,013	0,013
Лук репчатый кг	0,012	0,012
Масло подсолнечное кг	0,003	0,003
Куры 1 кат. кг	0,026	0,026
Выход готового блюда	250	

Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: для приготовления блюда используют бульон, полученный при варке мяса для второго блюда. Бульон процеживают через сито. Овощи и зелень петрушки промывают проточной водой в течении 5 минут. Корень петрушки сушеный и подготовленные морковь, лук репчатый, нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве бульона с добавлением масла сливочного в течение 10-15 мин. Картофель свежий очищенный (полуфабрикат сульфитированный) помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 минут, отвар сливают. Подготовленный картофель нарезают брусочками. В кипящий бульон закладывают припущенные корни, картофель, соль, доводят до кипения и варят 10-15. Затем добавляют макаронные изделия варят 5 мин.

Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	209	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	27
Белки (г)	8	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	23
Жиры (г)	8	ВитаминС (г)	22	Магний (г)	36
Углеводы (г)	25	ВитаминРР (г)	4	Фосфор (г)	58
ВитаминА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	2

Утверждаю: