**Компот из сушеных фруктов**

[[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: **Компот из сушеных фруктов**

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

|  |
| --- |
| Вес блюда:  грамм |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
| [Сухофрукты (ассорти)](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/2/259.php) | 10 | 25 |
| *или* [Яблоки сушеные](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/2/289.php) | 7.5 | 28 |
| *или* [Груши сушеные](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/2/195.php) | 15 | 22.5 |
| *или* [Абрикосы сушеные (Курага)](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/2/27.php) | 10 | 18.5 |
| *или* [Урюк](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/11/269.php) | 12.5 | 23 |
| *или* [Изюм](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/2/75.php) | 10 | 16 |
| [Сахар](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/10/14.php) | 8 | 8 |
| - | 5.5 | 5.5 |
| [Кислота лимонная пищевая](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/10/58.php) | 0.1 | 0.1 |
| [Вода питьевая](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/10/10.php) | 101.5 | 101.5 |

*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 | 0.22 |
| Жиры, г | 0.01 |
| Углеводы, г | 13.88 |
| Калорийность, ккал | 56.5 |
| B1, мг | 0 |
| B2, мг | 0 |
| C, мг | 0.2 |
| Ca, мг | 15.91 |
| Fe, мг | 0.62 |

*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 | 150 | 200 |
|  |  |  |
|  |  |  |

*Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:*

|  |
| --- |
| Технология приготовления |
| Подготовленные сушеные плоды или ягоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности. Груши сушеные в зависимости от величины и вида варят 1-2 ч, яблоки - 20-30 мин, урюк, курагу- 10-20 мин, изюм - 5-10 мин. Компот из плодов или ягод сушеных готовят накануне, для того чтобы он настоялся. Выход порции определяется возрастной группой. Требования к качеству Внешний вид: плоды, ягоды не переваренные, уложены в стакан или креманку и залиты полученным при варке компота прозрачным отваром Консистенция: отвара - жидкая, с наличием хорошо проваренных фруктов Цвет: от светло-коричневого до темно-коричневого, в зависимости от набора сухофруктов Вкус: сладкий или кисло-сладкий Запах: аромат использованных плодов и ягод |