**Компот из яблок и слив или яблок и алычи**

[[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 яблок и слив или яблок и алычи**

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

|  |
| --- |
| Вес блюда:  грамм |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
| [Яблоки](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/11/32.php) | 11.4 | 10 |
| [Слива](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/11/154.php) | 11.1 | 10 |
| *или* [Алыча](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/11/163.php) | 10.8 | 10 |
| [Сахар](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/10/14.php) | 12 | 12 |
| [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) | 84 | 84 |

*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 | 0.12 |
| Жиры, г | 0.07 |
| Углеводы, г | 13.92 |
| Калорийность, ккал | 56.8 |
| B1, мг | 0.01 |
| B2, мг | 0 |
| C, мг | 0.86 |
| Ca, мг | 7.74 |
| Fe, мг | 0.31 |

*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 |
| Яблоки моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Из сливы, алычи удаляют косточки. Чтобы яблоки не темнели, их погружают до варки в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 6—8 мин. В горячий сахарный сироп закладывают сливу или алычу и только доводят до кипения. Затем процеживают сироп. Быстро разваривающиеся сорта яблок не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения. Выход порции определяется возрастной группой. Требования к качеству Внешний вид: яблоки нарезаны дольками (ломтиками), сливы, или алыча - на половинки. Плоды сохраняют форму, залиты прозрачным сиропом Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая Цвет: присущий вареным плодам в сиропе Вкус: сладко-кисловатый с хорошо выраженным привкусом плодов Запах: типичный для вареных плодов |