

Компот зі свіжих фруктів (яблук, персиків або винограду)

Алергени	Назва продуктів та сировини	Витрати продуктів та сировини на одну порцію, г						Хімічний склад продуктів, г									Енергетична цінність, ккал		
		Маса бруutto			Маса нетто			Білки			Жири			Вуглеводи					
		Вікові групи, роки																	
		1—3	3—4	4—6 (7)	1—3	3—4	4—6 (7)	1—3	3—4	4—6 (7)	1—3	3—4	4—6 (7)	1—3	3—4	4—6 (7)	1—3	3—4	4—6 (7)
	Персик свіжий	67	67	89	60	60	80	0,54	0,54	0,72	0,06	0,06	0,08	6,24	6,24	8,32	25,8	25,8	34,40
	Яблуко свіже	68	68	91	60	60	80	0,24	0,24	0,32	0,24	0,24	0,32	6,24	6,24	8,32	27,0	27,0	36,00
	Виноград	63	63	84	60	60	80	0,36	0,36	0,48	0,12	0,12	0,16	9,36	9,36	12,48	39,0	39,0	52,00
	Цукор	0	6	8	0	6	8	0	0	0	0	0	0	0	5,99	7,98	0	22,74	30,32
	Вода	90	84	112	90	84	112	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Вихід страви	—	—	—	120	120	160	0,54	0,54	0,72	0,06	0,06	0,08	6,24	12,23	16,3	25,8	48,54	64,72
								0,24	0,24	0,32	0,24	0,24	0,32	6,24	12,23	16,3	27,0	49,74	66,32
								0,36	0,36	0,48	0,12	0,12	0,16	9,36	15,35	20,46	39,0	61,74	82,32

Технологія приготування

Яблука миють, видаляють насіннєві гнізда, нарізають на дольки. Щоб плоди не темніли, перед варінням їх занурюють у холодну воду. Готують сироп. У гарячій воді розводять цукор, доводять до кипіння, проварюють 10—12 хв та проціджують. У підготовлений гарячий сироп занурюють плоди. Яблука варять за слабого кипіння не більше 6—8 хв.

Або виноград перебирають, миють; або персики перебирають, миють, розрізають навпіл, видаляють кісточку. Підготовлені виноград або персики закладають у гарячий сироп та доводять до кипіння.

Подають у чашці за температури +60...+65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: у рідкому сиропі дольки плодів і цілі плоди, які зберегли форму.

Колір: характерний даному виду плодів.

Смак і запах: солодкий, з ароматом використаних плодів.

Консистенція: плодів — м'яка.

