

Суп із цвітною капустою зі сметаною

Алергени	Назва продуктів та сировини	Витрати продуктів та сировини на одну порцію, г						Хімічний склад продуктів, г									Енергетична цінність, ккал		
		Маса бруто			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)
	Картопля	31,2	31,2	42	26	26	35	0,52	0,52	0,70	0,104	0,104	0,14	4,498	4,498	6,055	20,80	20,80	28,00
	Цибуля ріпчаста	7	7	9,5	6	6	8	0,084	0,084	0,112	0	0	0	0,588	0,588	0,784	2,46	2,46	3,28
	Морква	7,2	7,2	9,6	6	6	8	0,078	0,078	0,104	0,006	0,006	0,008	0,504	0,504	0,672	2,04	2,04	2,72
М П Л	Масло вершкове 72%	2	2	2,5	2	2	2,5	0,016	0,016	0,02	1,45	1,45	1,813	0,026	0,026	0,033	13,22	13,22	16,525
	Капуста цвітна	43	43	57,5	22,5	22,5	30	0,563	0,563	0,75	0,068	0,068	0,09	1,215	1,215	1,62	6,75	6,75	9,00
	Вода	100	100	133,5	100	100	133,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
М П Л	Сметана 21%	7	7	9	7	7	9	0,20	0,20	0,252	1,47	1,47	1,89	0,21	0,21	0,27	14,84	14,84	19,08
	Сіль йодована	0,25	0,25	0,3	0,25	0,25	0,3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Вихід страви	—	—	—	150/7	150/7	200/9	1,461	1,461	1,938	3,098	3,098	3,941	7,041	7,041	9,434	60,11	60,11	78,605

Технологія приготування

Підготовлену нарізану шматочками цибулю ріпчасту злегка пасерують на маслі вершковому 2—3 хв, потім додають підготовлену нарізану моркву та пасерують, періодично помішуючи, за температури +150...+160 °С протягом 5—10 хв. Підготовлену нарізану шматочками картоплю варять у воді (100/133,5 г) до напівготовності 10 хв, додають пасеровані овочі, доводять до кипіння 1—2 хв. Потім кладуть підготовлену дрібно нарізану капусту цвітну і варять за слабого кипіння до готовності 15—20 хв. За 5—10 хв до завершення приготування додають сіль, сметану.

Подають у глибокій тарілці за температури +60...+65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: у рідкій частині супу рівномірно розподілені картопля і овочі, які зберегли форму або частково розварилися.

Колір: супу — золотистий; жиру на поверхні — світло-помаранчевий; овочів — натуральний.

Смак і запах: картоплі, капусти, припущених овочів; помірно солоний.

