

## Суп овочевий зі сметаною

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)
	Картопля	40	40	53,5	30	30	40	0,60	0,60	0,80	0,12	0,12	0,16	5,19	5,19	6,92	24,00	24,00	32,00
	Капуста білокачанна	15	15	20	12	12	16	0,22	0,22	0,29	0,01	0,01	0,02	0,68	0,68	0,91	3,24	3,24	4,32
	Цибуля ріпчаста	7	7	9,5	6	6	8	0,08	0,08	0,11	0	0	0	0,59	0,59	0,78	2,46	2,46	3,28
	Морква	7,2	7,2	9,6	6	6	8	0,08	0,08	0,10	0,01	0,01	0,01	0,50	0,50	0,67	2,04	2,04	2,72
	Олія	2	2	2,5	2	2	2,5	0	0	0	2,00	2,00	2,50	0	0	0	17,98	17,98	22,48
	Горошок зелений морожений	4,5	4,5	6	4,5	4,5	6	0,23	0,23	0,30	0,01	0,01	0,01	0,62	0,62	0,83	3,29	3,29	4,38
	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
М П	Сметана 21%	4	4	5	4	4	5	0,11	0,11	0,14	0,84	0,84	1,05	0,12	0,12	0,15	8,48	8,48	10,60
	Вода	112,5	112,5	150	112,5	112,5	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Вихід страви				<b>150/4</b>	<b>150/4</b>	<b>200/5</b>	<b>1,32</b>	<b>1,32</b>	<b>1,74</b>	<b>2,99</b>	<b>2,99</b>	<b>3,74</b>	<b>7,71</b>	<b>7,71</b>	<b>10,2</b>	<b>61,49</b>	<b>61,49</b>	<b>79,78</b>

### Технологія приготування

Підготовлену нарізану шматочками цибулю ріпчасту злегка пасерують на олії 2—3 хв, потім додають підготовлену нарізану моркву та пасерують, періодично помішуючи, за температури +150...+160 °С протягом 5—10 хв. У киплячу воду (112,5/150 г) кладуть підготовлену нашатковану капусту білокачанну, підготовлену та нарізану шматочками картоплю. Варять за слабого кипіння 10—15 хв. Потім додають пасеровані овочі, зелений горошок заморожений та продовжують варити за слабого кипіння до готовності 10—15 хв. Наприкінці приготування додають сіль, сметану та доводять страву до кипіння 5 хв.

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

#### Характеристика готової страви

**Зовнішній вигляд:** овочі зберегли форму нарізки або частково розварились, на поверхні краплі жиру.

**Колір:** кремовий.

**Смак і запах:** в міру солоний, приємний, варених і пасерованих овочів.

**Консистенція:** овочів — м'яка.

