

Технологическая карта 11

Щи из шпината со сметаной

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изделие, г	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Шпинат б/з	25	25
Картофель	20	14
Масло сливочное	1,5	1,5
Морковь в/с	8	6,4
Лимоны	2	2
Сметана 15% жирности	4	4
Лук репчатый	5	4,2
Вода питьевая	80	80
Соль йодированная	0,3	0,3
Выход		100

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
1,2	1,9	1,4	38	8,87

Технология приготовления

Очищенный картофель, морковь, репчатый лук промыть в проточной воде пять минут. Шпинат припустить в небольшом количестве воды, затем все протереть. В кипящий бульон или воду заложить картофель и варить, затем добавить пассерованный лук, пюре из шпината и варить 15 минут. За 5-10 минут до окончания варки щи заправить пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой, добавить соль, специи. Половину шпината можно не протирать, а положить нарезанными. Сваренное вкрутую яйцо и сметану положить в щи при отпуске.

**Температура подачи:** 70±5°C.

**Срок реализации:** не более двух часов с момента приготовления.