

Технологическая карта кулинарного блюда №

АПЕЛЬСИН

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изделие	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Апельсин (х/о 30%)	100	70
Выход		70

B1	B2	C	CA	fe
0,028	0,021	42	23,8	0,21

В 70 граммах данного блюда содержится		
Пищевые вещества, г		
Белки	Жиры	Углеводы
0,63	0,14	7,29
Энергетическая ценность (ккал) 28		

Способ приготовления:

Апельсины перед отпуском перебирают, удаляют сорные примеси, тщательно промывают проточной питьевой холодной водой. Обдают горячей кипяченой водой. Очищают от кожуры перед применением.