

Гарниры, гарниры-салаты

1183 № 1183 Картофель, жаренный шпалкой Показан на диеты № 3, 6, 7, 10, 11, 12, 15 Очищенный картофель нарезать шпалкой (тонкими продолговатыми прямоугольниками), промыть в воде и изжарить в кипящем жире до золотистого цвета, Готовый картофель вынуть из жира и дожарить в духовом шкафу. Таким же способом и по такой же раскладке готовится картофель, нарезанный кубиками, «чесночком», «бочоночком».

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	200	150
Масло топленое	20	20
Итого		170



Гарниры, гарниры-салаты

1184 № 1184 Картофель, жаренный соломкой Показан на диеты № 3, 6, 7, 10, 11, 12, 15 Очищенный картофель нарезать в виде лашши, промыть в воде, дать воде стечь и изжарить в кипящем жир до золотистого цвета.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	250	185
Масло топленое	20	20
Итого		205



Гарниры, гарниры-салаты

1185 № 1185 Картофель, жаренный подушечками (суфле)
Показан на диеты № 3, 6, 7, 10, 11, 12, 15 Картофель
очистить, нарезать на тонкие продолговатые пластинки,
положить в слегка нагретый жир и варить на слабом
огне до готовности. Готовый картофель вынуть из жира
и положить в кипящий жир. Когда картофель вздуется,
вынуть его из жира и немедленно отпустить.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	200	150
Масло топленое	30	30
Итого		180



Гарниры, гарниры-салаты

1186 № 1186 Картофель жареный Показан на диеты № 3, 6, 7, 10, 11. 12, 15 Картофель очистить, нарезать небольшими кубиками, положить на противень или сковороду с разогретым маслом и жарить на плите или в духовом шкафу до готовности, часто перемешивая.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	200	150
Масло топленое	10	10
Итого		160



Гарниры, гарниры-салаты

1187 № 1187 Картофель вареный поджаренный Показан на диеты № 3, 6, 10, 11, 12, 15; без зелени петрушки — на диету № 7 Картофель промыть, сварить в кожуре; готовый картофель очистить, нарезать тонкими ломтиками и обжарить в масле. При отпуске посыпать рубленой зеленью петрушки или укропа.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	200	150
Масло	10	10
Зелень петрушки	5	4
Итого		164



Гарниры, гарниры-салаты

1188 № 1188 Картофельное пюре Показано на диеты № 1, 2, 5а, 5, 6, 7б, 7, 10а, 10, 11, 12, 13, 15 Картофель очистить, отварить, тут же слить воду, пропустить через мясорубку в горячем виде, сложить в кастрюлю, добавить масло, хорошо вымешать, затем постепенно добавлять кипящее молоко и непрерывно выбивать. После готовности хранить пюре не более 30 минут.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	150	110
Масло	8	8
Молоко	40	40
Итого		158



Гарниры, гарниры-салаты

1189 № 1189 Пюре картофельное розовое Показано на диеты № 1, 2, 5а, 5, 6, 7б, 7, 10а, 10, 11, 12, 13, 15 Готовить, как указано в № 1188, но вместе с картофелем через мясорубку пропустить тушеную или вареную морковь.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	120	90
Морковь	40	40
Масло сливочное	8	8
Молоко	30	30
Итого		168



Гарниры, гарниры-салаты

1190 № 1190 Картофель в молочном соусе Показан на диеты № 2, 3, 5, 6, 7б, 7, 10, 11, 12. 15 Картофель нарезать небольшими кубиками и отварить до готовности. Приготовить соус, как указано з Дб 770, залить картофель, прогреть. До отпуска хранить на мармите, не допуская длительного (более 30 минут) хранения.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	160	120
Молоко	40	40
Мука	3	3
Масло	8	8
Итого		171



Гарниры, гарниры-салаты

1191 № 1191 Картофель в сметане Показан на диеты № 2, 3, 5, 6, 7б, 7, 10, 11, 12, 15 Готовить, как указано в № 1190, но заливать соусом № 762.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	200	150
Сметана	15	15
Мука	3	3
Масло	8	8
Итого		176



Гарниры, гарниры-салаты

1192 № 1192 Картофель отварной Показан на диеты № 3, 5, 6, 10, 11, 12, 15; без зелени петрушки—на диету № 7
Очистить картофель и целиком или в виде нарезанных небольших кубиков отварить до готовности, Отпускать с маслом и рубленой зеленью петрушки.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	200	150
Масло	8	8
Зелень петрушки	5	4
Итого		162



Гарниры, гарниры-салаты

1193 № 1193 Картофель тушеный Показан на диеты № 3, 11, 12, 15; без бульона—на диеты № 5, 6, 7, 10 Очищенный картофель сложить в кастрюлю, добавить масло, бульон или воду; тушить под крышкой до готовности. При тушении можно (по показаниям) добавить помидоры, зеленый лук и специи. При отпуске посыпать рубленой зеленью петрушки (кроме порций на диету № 7).

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	200	150
Масло	8	8
Зелень петрушки	5	4
Бульон	30	30
Итого		192



Гарниры, гарниры-салаты

1194 № 1194 Крокеты из картофеля Показаны на диеты № 3, 6, 7, 10, 11, 12, 15 Картофель очистить, отварить, пропустить через мясорубку, смешать с половинным количеством яиц и муки, разделить небольшие круглые крокеты, обвалить их в муке, в яйцах, в сухарях; после этого обжарить до золотистого цвета.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	160	120
Мука пшеничная	10	10
Масло	15	15
Яйца	1/3 ч.	16
Сухари	15	15
Итого		176



Гарниры, гарниры-салаты

1195 № 1195 Морковь тушеная Показана на диеты № 3, 5, 6, 7б, 7, 10, 11, 12, 15; протертая—на диеты № 1, 2, 13
Очищенную морковь нарезать небольшими ломтиками, сложить в кастрюлю; добавить масла и немного бульона или воды; тушить под крышкой до готовности.

Состав	Брутто	Нетто
Морковь	200	160
Масло	8	8
Сахар	5	5
Итого		173



Гарниры, гарниры-салаты

1196 № 1196 Морковь, тушенная в молочном соусе Показана на диеты № 3, 5, 6, 7б, 7, 10, 11, 12, 15; протертая — на диеты № 1, 2, 13 Морковь нарезать небольшими кубиками или шпалкой и тушить под крышкой с небольшим количеством молока. Готовую морковь смешать с соусом № 770.

Состав	Брутто	Нетто
Морковь	150	120
Молоко	50	50
Мука	3	3
Масло сливочное	8	8
Сахар	5	5
Итого		186



Гарниры, гарниры-салаты

1197 № 1197 Морковь в сметане Показана на диеты № 3, 5, 6, 7б, 7, 10, 11, 12, 15; протертая — на диеты № 1, 2, 13
Готовить, как указано в № 1196, но смешивать со сметанным соусом № 762.

Состав	Брутто	Нетто
Морковь	150	120
Мука	3	3
Сметана	15	15
Масло	8	8
Сахар	5	5
Итого		151



Гарниры, гарниры-салаты

1198 № 1198 Пюре морковное Показано на диеты № 1, 2, 5а, 5, 6, 7, 10а, 10, 11, 12, 13, 15 Морковь тушить, как указано в № 1195. Готовую морковь пропустить через мясорубку, смешать с соусом № 770 и сахаром. До отпуска держать на мармите.

Состав	Брутто	Нетто
Морковь	150	120
Молоко	50	50
Мука	3	3
Масло	8	8
Сахар	5	5
Итого		186



Гарниры, гарниры-салаты

1199 № 1199 Морковь тушеная, с горошком Показана на диеты № 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 15; без сахара — на диеты № 8, 9 Морковь нарезать небольшими кубиками, тушить, как указано в № 1195; смешать с вареным горошком, сахаром и соусом № 770.

Состав	Брутто	Нетто
Морковь	150	120
Горошек зерно	40	40
Мука	3	3
Молоко	40	40
Масло сливочное	8	8
Сахар	5	5
Итого		216



Гарниры, гарниры-салаты

1200 № 1200 Морковь, тушенная со шпинатом Показана на диеты № 3, 10, 11, 12, 15; без сахара — на диету № 9 Морковь нарезать на небольшие куски и тушить с маслом и небольшим количеством бульона или воды под крышкой до готовности. В готовую морковь добавить тщательно промытые, крупно нарезанные листья шпината и продолжать тушить в течение 5—10 минут, заправить сахаром. До отпуска недолго хранить под крышкой на мармите.

Состав	Брутто	Нетто
Морковь	200	160
Шпинат	40	30
Масло	10	10
Сахар	5	5
Итого		205



Гарниры, гарниры-салаты

1201 № 1201 Морковь, тушенная с яблоками Показана на диеты № 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 15; без сахара — на диеты № 8, 9 Морковь тушить, как указано в № 1195; добавить очищенные и нарезанные не небольшие кусочки яблоки. Тушить до готовности яблок; после этого ввести сахар. До отпуска недолго можно хранить на мармите.

Состав	Брутто	Нетто
Морковь	150	120
Яблоки	88	65
Масло сливочное	8	8
Сахар	5	5
Итого		198



Гарниры, гарниры-салаты

1202 № 1202 Смесь из тушеной моркови, горошка и цветной капусты Показана на диеты № 3, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 15 Тушеную морковь нарезать небольшими кубиками, смешать с вареным горошком и цветной капустой, соусом № 770, и сахаром.

Состав	Брутто	Нетто
Морковь	100	80
Горошек	30	30
Цветная капуста	80	40
Молоко	40	40
Мука	3	3
Масло	8	8
Сахар	5	5
Итого		206



Гарниры, гарниры-салаты

1203 № 1203 Свекла, тушенная с луком Показана на диеты № 3, 6, 8, 11, 12, 15 Лук нашинковать и обжарить в кастрюльке с маслом, добавить нашинкованную свеклу, влить немного уксуса (для сохранения цвета свеклы) и немного бульона; тушить под крышечкой до готовности. Вместо сырой свеклы можно класть вареную или печеную свеклу.

Состав	Брутто	Нетто
Свекла	210	160
Лук	30	26
Масло сливочное	10	10
Итого		196



Гарниры, гарниры-салаты

1204 № 1204 Свекла, тушенная с яблоками Показана на диеты № 3, 5, 6, 7б, 7, 10, 11, 12, 15; протертая—на диеты № 1, 2, 5а, 10а; без сахара — на диеты № 8 Приготовить, как указано в № 1203, но без лука; в готовую свеклу добавить яблоки, нарезанные на небольшие куски, и сахар; тушить до готовности яблок

Состав	Брутто	Нетто
Свекла	130	100
Яблоки	67	50
Сахар	5	5
Масло сливочное	8	8
Итого		163



Гарниры, гарниры-салаты

1205 № 1205 Свекла, тушенная в сметане Показана на диеты № [3, 8, 11, 12, 15; протертая — на диеты № 1, 2; без бульона — на диеты № 5, 6, 7, 10 Обваренную или печеную свеклу очистить, нашинковать и тушить с маслом и бульоном; готовую свеклу смешать со сметанным соусом № 762 и сахаром.

Состав	Брутто	Нетто
Свекла	210	160
Сметана	15	15
Мука	3	3
Масло	8	8
Бульон № 127	30	30
Итого		216



Гарниры, гарниры-салаты

1206 № 1206 Пюре из свеклы Показано на диеты № 1, 2, 3, 5а, 5, 6, 7б, 7, 10а, 11, 12, 13, 15 Свеклу в кожуре сварить, очистить, пропустить через мясорубку; смешать молочным соусом с № 780 или № 770 (по показаниям) и сахаром.

Состав	Брутто	Нетто
Свекла	156	120
Молоко	50	50
Мука	5	5
Масло	8	8
Сахар	5	5
Итого		188



Гарниры, гарниры-салаты

1207 № 1207 Капуста тушеная с укропом Показана на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 15 Капусту нарезать на небольшие куски., сложить в кастрюлю, добавить немного бульона и масла; тушить под крышкой до готовности. При отпуске посыпать рубленым укропом.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста	200	160
Бульон № 127	40	40
Масло сливочное	8	8
Укроп	5	5
Итого		212



Гарниры, гарниры-салаты

1208 № 1208 Капуста, тушенная с томатом Показана на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 15 Капусту нашинковать, сложить в кастрюлю, добавить немного бульона или воды, тушить под крышкой до полуготовности. Лук нашинковать, изжарить в масле, добавить томат и продолжать жарение в течение 5 минут, затем ввести в капусту и тушить под крышкой до готовности.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста	200	160
Лук репчатый	20	16
Томат шоре	5	5
Масло сливочное	10	10
Сахар	3	3
Итого		194



Гарниры, гарниры-салаты

1209 № 1209 Капуста, тушенная в молоке Показана на диеты № 3, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 15 Капусту нарезать небольшими ромбиками, сложить в кастрюлю, добавить немного молока, тушить до готовности. Готовую капусту смешать с соусом № 770 и 5 г сахара.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста	200	160
Молоко	50	50
Мука	5	5
Масло	8	8
Итого		223



Гарниры, гарниры-салаты

1210 № 1210 Капуста, тушенная в сметане Показана на диеты № 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 15 Приготовить, как указано в № 1209, и заправить сметанным соусом № 762.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста	200	160
Молоко	30	30
Мука	3	3
Сметана	15	15
Масло сливочное	10	10
Итого		218



Гарниры, гарниры-салаты

1211 № 1211 Капуста, тушенная с яблоками Показана на диеты № 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15 Капусту нашинковать и тушить под крышкой с небольшим количеством молока до готовности; добавить очищенные и нашинкованные яблоки, тушить в течение 5 минут; после этого заправить маслом и сахаром.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста	150	120
Молоко	30	30
Яблоки	75	55
Масло сливочное	10	10
Сахар	5	5
Итого		220



Гарниры, гарниры-салаты

1212 № 1212 Пюре из капусты Показано на диеты № 2, 3, 5а, 5, 6, 7б, 7, 10, 11, 12, 15 Капусту тушить с небольшим количеством молока до готовности, готовую капусту пропустить через мясорубку, смешать с молочным соусом № 770 или 780 (по показаниям) и сахаром.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста	180	145
Масло сливочное	8	8
Мука	3	3
Молоко	40	40
Сахар	5	5
Итого		201



Гарниры, гарниры-салаты

1213 № 1213 Катета, тушенная в молоке с морковью и зеленью Показана на диеты № 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15 Капусту мелко изрубить и тушить с небольшим количеством молока до готовности, смешать с тушеной, нарезанной мелкими кубиками морковью и рубленой зеленью петрушки, соусом № 770 или № 780 (по показаниям) и сахаром.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста	125	100
Морковь	50	40
Петрушка	5	4
Сахар	5	5
Мука	3	3
Молоко	40	40
Масло сливочное	8	8
Итого		200



Гарниры, гарниры-салаты

1214 № 1214 Капуста, тушенная в молоке, с горошком
Показана на диеты № 3, 5, 7, 10, 11, 12, 15 Приготовить,
как указано в № 1213, но вместо моркови добавить
вареный горошек.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста	125	100
Горошек зеленый	45	45
Молоко	40	40
Мука	3	3
Масло сливочное	8	8
Сахар	5	5
Итого		201



Гарниры, гарниры-салаты

1215 № 1215 Кабачки, тушенные в сметане Показаны на диеты № 1, 2, 3, 5, 6, 9, 10, 11, 12, 15; без зелени петрушки — на диету № 7 Очищенные от кожуры и сердцевины кабачки нарезать небольшими ромбиками и тушить под крышкой с маслом до готовности; залить соусом № 762, прокипятить. При отпуске посыпать рубленой зеленью петрушки.

Состав	Брутто	Нетто
Кабачки	150	100
Зелень петрушки	5	4
Сметана	15	15
Масло сливочное	10	10
Мука	3	3
Итого		132



Гарниры, гарниры-салаты

1216 № 1216 Кабачки, тушеные с маслом Показаны на диеты № 1, 2, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15; без зелени петрушки - на диету № 7 Приготовить, как указано в № 1215, но тушить с маслом, не добавляя соуса.

Состав	Брутто	Нетто
Кабачки	165	111
Масло	10	10
Зелень петрушки	5	4
Итого		125



Гарниры, гарниры-салаты

1217 № 1217 Пюре из кабачков Показано на диеты № 1, 2, 3, 5а, 5, 6, 7б, 7, 10а, 10, 11, 12, 13, 15 Очищенные от кожуры и сердцевины кабачки тушить под крышкой в собственном соку до готовности; готовые кабачки протереть сквозь сито или пропустить через мясорубку, смешать с молочным соусом № 770 или № 780 (по показаниям). До отпуска недолго хранить на мармите.

Состав	Брутто	Нетто
Кабачки	150	100
Мука	3	3
Масло сливочное	10	10
Молоко	30	30
Итого		143



Гарниры, гарниры-салаты

1218 № 1218 Кабачки жареные, с зеленью Показаны на диеты № 2, 3, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15; без зелени петрушки — на диету № 7 Очищенные от кожуры и сердцевины кабачки нарезать небольшими ромбиками, посыпать мукой и обжарить в масле; готовые кабачки смешать с рубленой зеленью.

Состав	Брутто	Нетто
Кабачки	185	124
Масло	15	15
Зелень петрушки	5	4
Мука	5	5
Итого		148



Гарниры, гарниры-салаты

1219 № 1219 Кабачки, жаренные с помидорами и зеленью
Показаны на диеты № 2, 3, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 15; без зелени петрушки—на диету № 7 Приготовить, как указано в № 1218; в готовые кабачки добавить обваренные кипятком, очищенные от кожуры и нарезанные небольшими дольками помидоры, поджарить с помидорами в течение 5—6 минут, затем добавить зелень петрушки.

Состав	Брутто	Нетто
Кабачки	94	63
Помидоры	53	45
Масло сливочное	10	10
Петрушка	10	8
Итого		126



Гарниры, гарниры-салаты

1220 № 1220 Баклажаны, тушенные с помидорами Показаны на диеты № 3, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 15 Баклажаны очистить, нарезать на небольшие куски; лук нашинковать, обжарить в масле; в обжаренный лук положить баклажаны, тушить под крышкой до готовности баклажан; затем добавить обваренные кипятком, очищенные от кожицы, порезанные на небольшие куски помидоры и продолжать тушить в течение 5 минут.

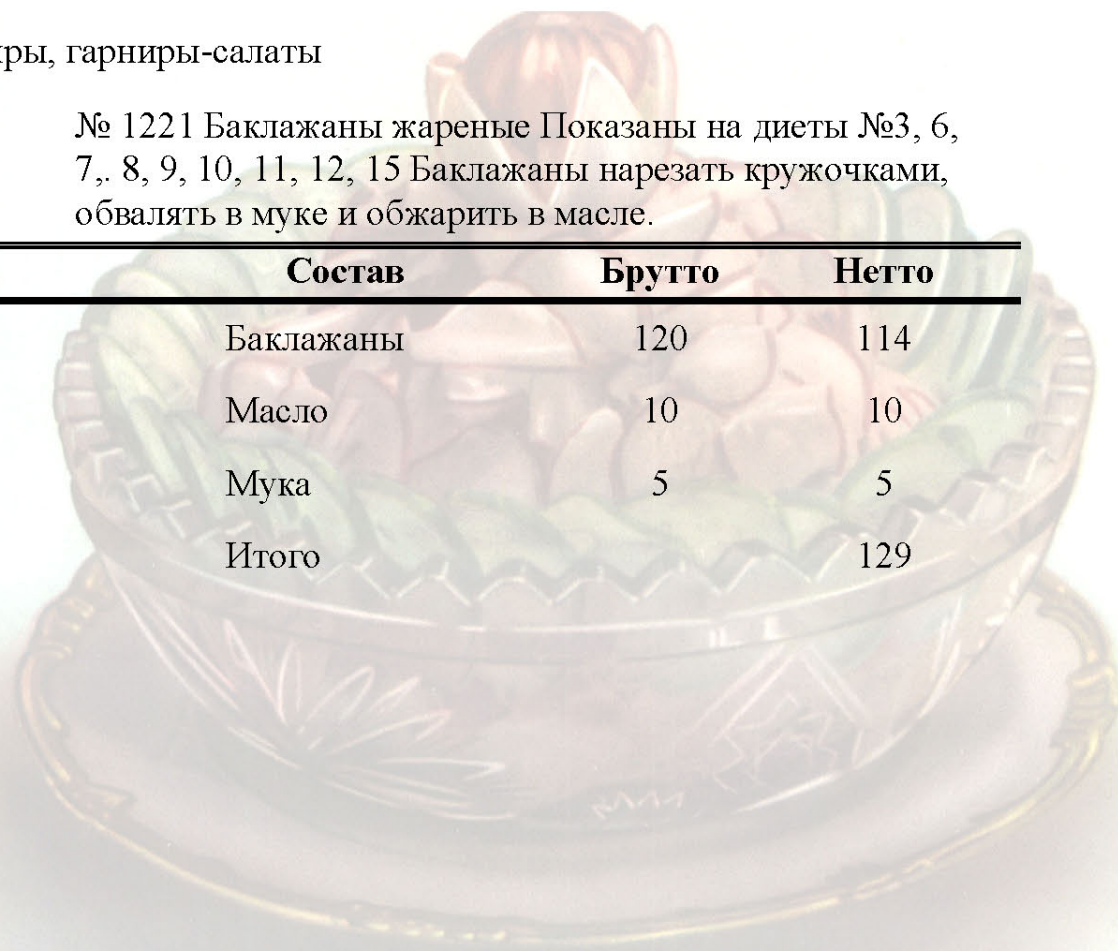
Состав	Брутто	Нетто
Баклажаны	75	70
Лук	15	12
Помидоры	40	35
Масло сливочное	10	10
Итого		127



Гарниры, гарниры-салаты

1221 № 1221 Баклажаны жареные Показаны на диеты №3, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15 Баклажаны нарезать кружочками, обвалить в муке и обжарить в масле.

Состав	Брутто	Нетто
Баклажаны	120	114
Масло	10	10
Мука	5	5
Итого		129



Гарниры, гарниры-салаты

1222 № 1222 Баклажаны, тушенные в сметане Показаны на диеты № 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15 Баклажаны очистить, нарезать на небольшие куски, сложить в кастрюлю, добавить сметану, тушить под крышкой до готовности.

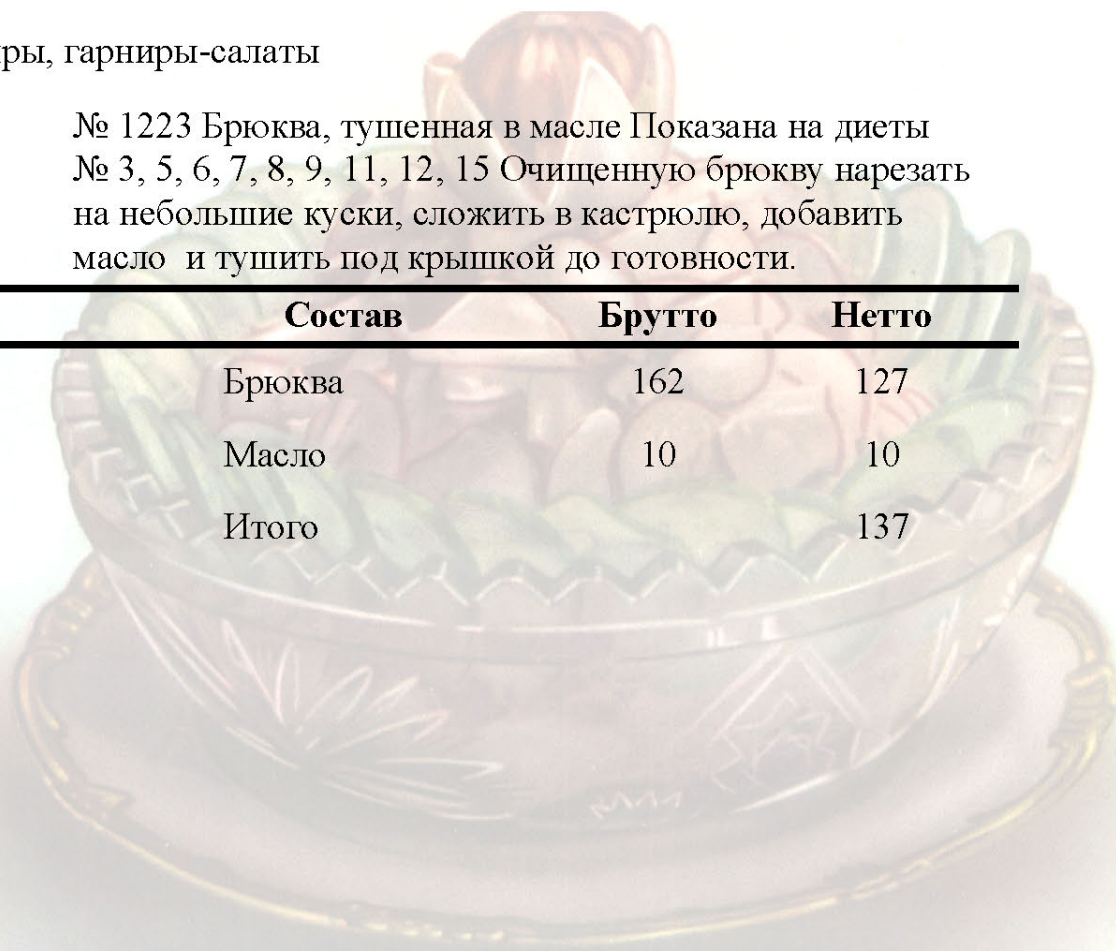
Состав	Брутто	Нетто
Баклажаны	115	109
Сметана	15	15
Итого		124



Гарниры, гарниры-салаты

1223 № 1223 Брюква, тушенная в масле Показана на диеты № 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 15 Очищенную брюкву нарезать на небольшие куски, сложить в кастрюлю, добавить масло и тушить под крышкой до готовности.

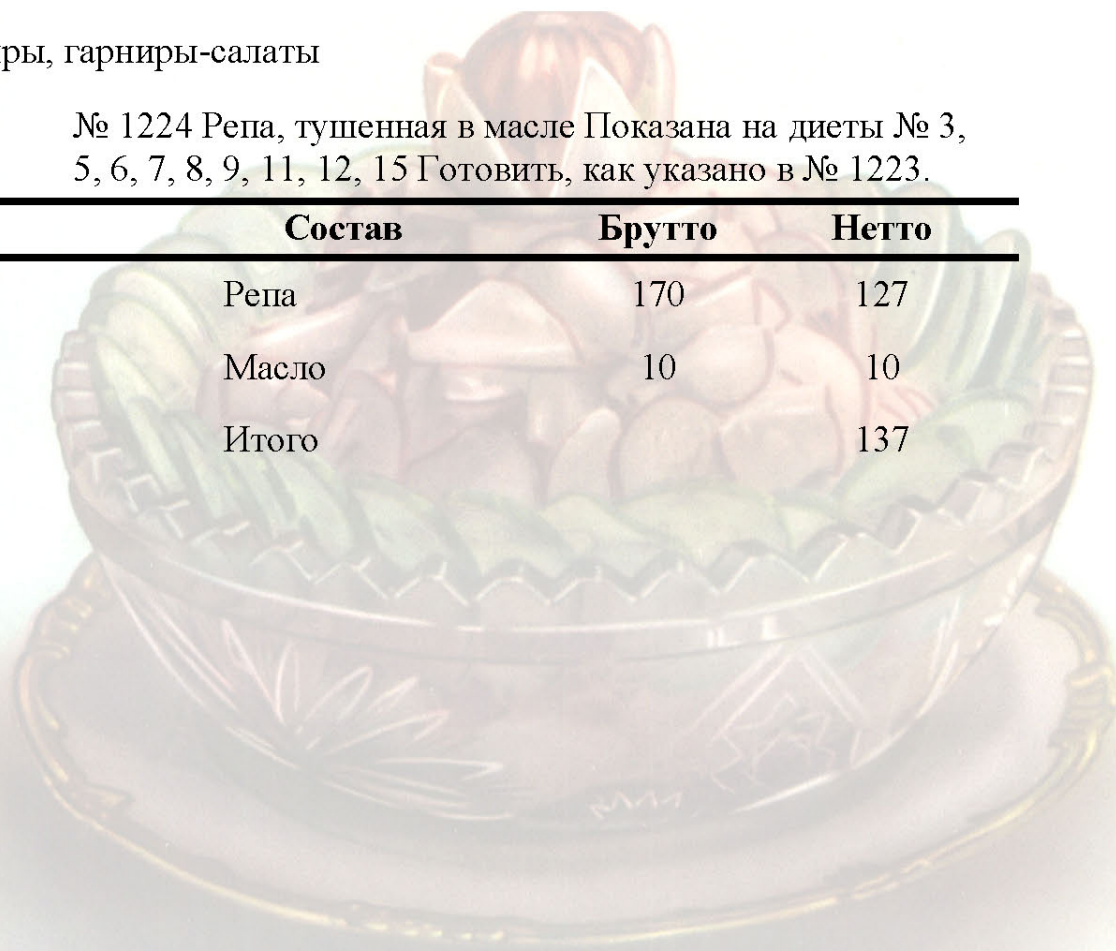
Состав	Брутто	Нетто
Брюква	162	127
Масло	10	10
Итого		137



Гарниры, гарниры-салаты

1224 № 1224 Репа, тушенная в масле Показана на диеты № 3, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 15 Готовить, как указано в № 1223.

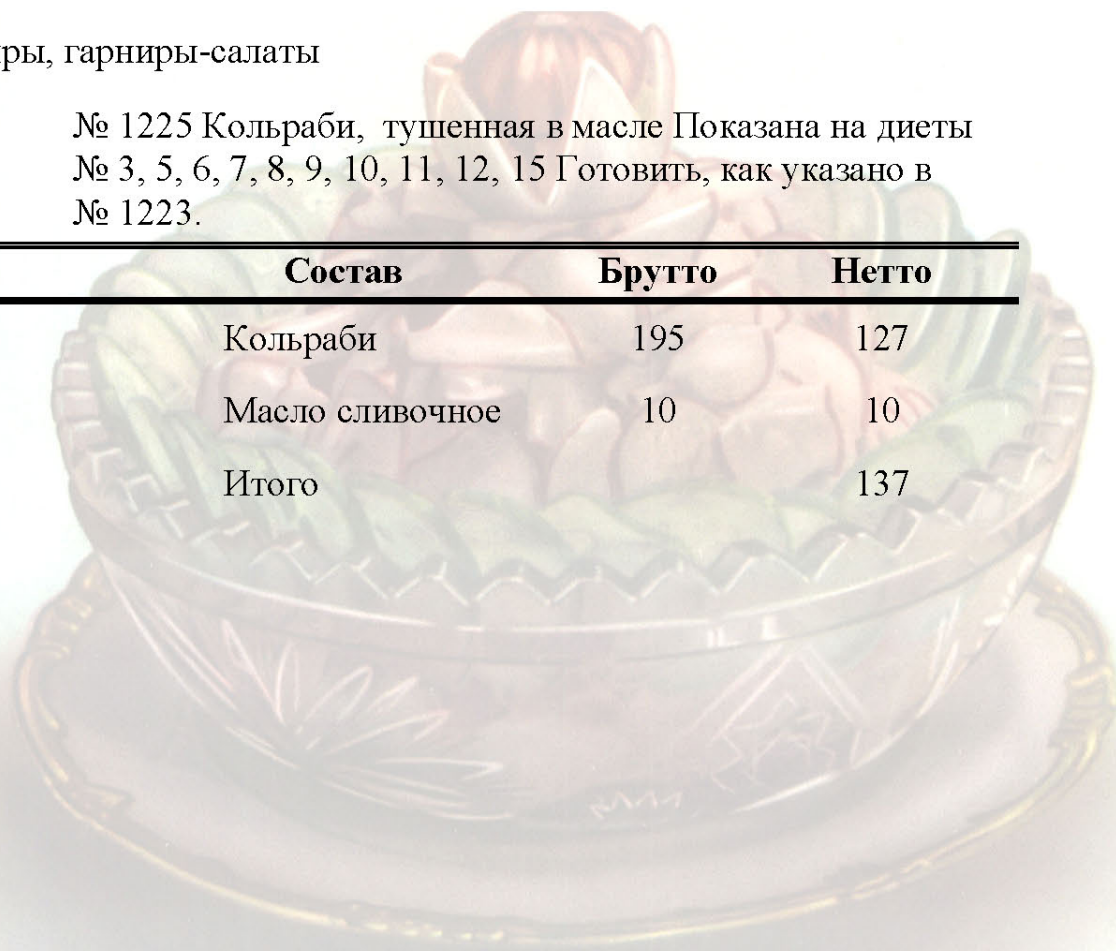
Состав	Брутто	Нетто
Репа	170	127
Масло	10	10
Итого		137



Гарниры, гарниры-салаты

1225 № 1225 Кольраби, тушенная в масле Показана на диеты № 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15 Готовить, как указано в № 1223.

Состав	Брутто	Нетто
Кольраби	195	127
Масло сливочное	10	10
Итого		137



Гарниры, гарниры-салаты

1226 № 1226 Земляная груша в молочном соусе Показана на диеты № 1, 2, 3, 5, 6, 7б, 7, 10, 11, 12, 15 Земляную грушу очистить от кожуры, нарезать на небольшие куски, сварить до готовности, смешать с соусом № 770 или № 780 (по показаниям).

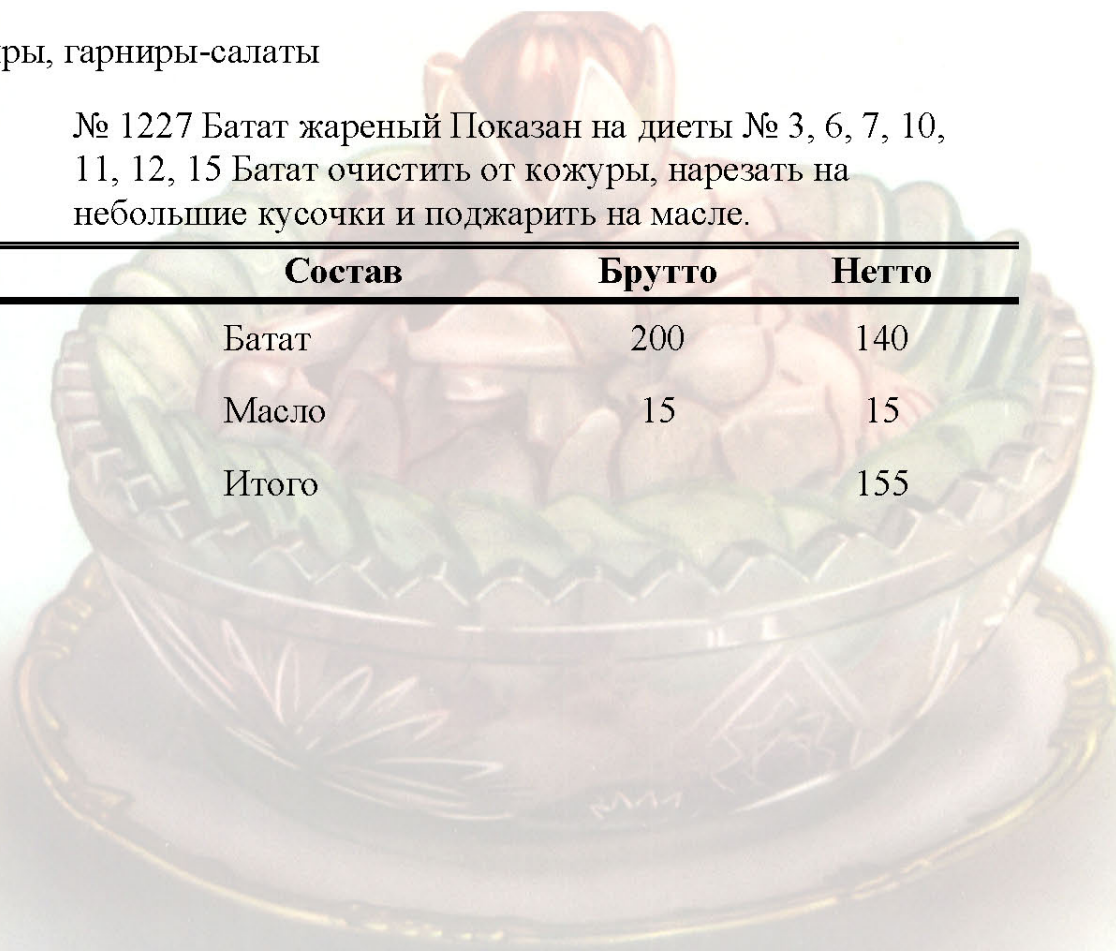
Состав	Брутто	Нетто
Земляная груша	150	105
Масло	10	10
Мука	3	3
Молоко	25	25
Итого		143



Гарниры, гарниры-салаты

1227 № 1227 Батат жареный Показан на диеты № 3, 6, 7, 10, 11, 12, 15 Батат очистить от кожуры, нарезать на небольшие кусочки и поджарить на масле.

Состав	Брутто	Нетто
Батат	200	140
Масло	15	15
Итого		155



Гарниры, гарниры-салаты

1228 № 1228 Батат отварной с маслом Показан на диеты № 3, 5, 6, 7б, 7, 10, 11, 12, 15 Батат очистить от кожуры, нарезать на небольшие-' куски, сварить в кипящей воде до готовности; отцедить, заправить маслом.

Состав	Брутто	Нетто
Батат	150	105
Масло	10	10
Итого		115



Гарниры, гарниры-салаты

1229 № 1229 Помидоры, запеченные с сыром Показаны на диеты № 3, 5, 6, 8, 9, 11, 12, 15; без сыра — на диеты № 7, 10 Помидоры разрезать поперек пополам, посыпать тертым сыром, побрызгать растопленным маслом и запечь в духовом шкафу.

Состав	Брутто	Нетто
Помидоры	120	100
Сыр	10	10
Масло сливочное	8	8
Итого		118



Гарниры, гарниры-салаты

1230 № 1230 Зеленый горошек (лопаточки) в масле Показан на диеты № 2, 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 15; без сахара — на диеты № 8, 9 Горошек (лопаточки) очистить от волокнистых частей, сварить в кипящей воде, отцедить. В готовый горошек ввести масло и сахар.

Состав	Брутто	Нетто
Горошек (лопаточки)	110	100
Масло	10	10
Сахар	5	5
Итого		115



Гарниры, гарниры-салаты

1231 № 1231 Горошек (лопаточки) в молочном соусе
Показан на диеты № 2, 3, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 15
Горошек отварить, как указано в № 1230, смешать с
молочным соусом № 770 или №780 (по показаниям).

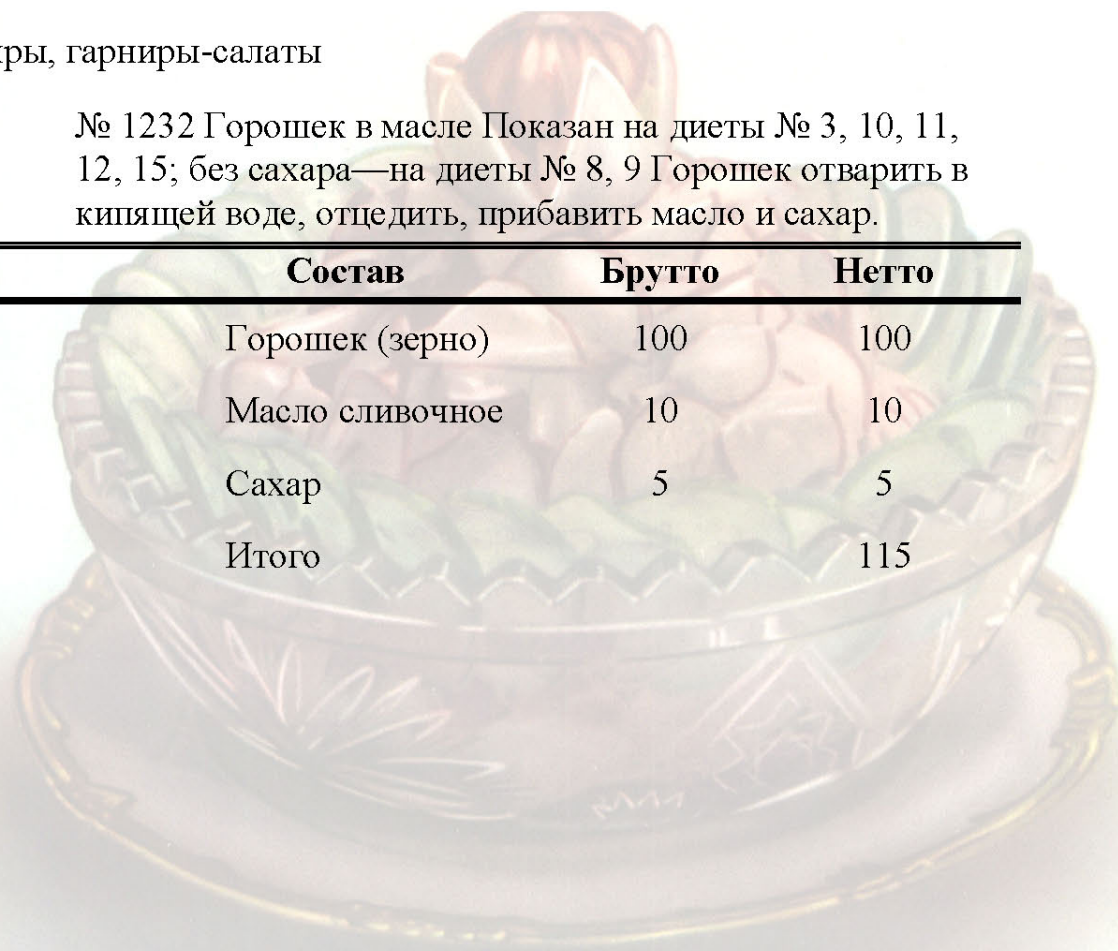
Состав	Брутто	Нетто
Горошек (лопаточки)	80	72
Сахар	5	5
Мука	3	3
Масло сливочное	10	10
Молоко	30	30
Итого		120



Гарниры, гарниры-салаты

1232 № 1232 Горошек в масле Показан на диеты № 3, 10, 11, 12, 15; без сахара—на диеты № 8, 9 Горошек отварить в кипящей воде, отцедить, прибавить масло и сахар.

Состав	Брутто	Нетто
Горошек (зерно)	100	100
Масло сливочное	10	10
Сахар	5	5
Итого		115



Гарниры, гарниры-салаты

1233 № 1233 Горошек с морковью в молочном соусе Показан на диеты № 3, 8, 10, 11, 12, 15 Отварить горошек, смешать с тушеной морковью, нарезанной небольшими кубиками, сахаром и молочным соусом № 770.

Состав	Брутто	Нетто
Горошек (зерно)	40	40
Морковь	50	40
Молоко	30	30
Мука	3	3
Масло	10	10
Сахар	5	5
Итого		128



Гарниры, гарниры-салаты

1234 № 1234 Бобы зеленые в масле Показаны на диеты № 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15; протертые—на диеты № 1, 13 Зеленые бобы очистить, нашинковать в виде лапши, сварить в кипящей воде, отцедить и заправить маслом.

Состав	Брутто	Нетто
Бобы зеленые	120	108
Масло сливочное	10	10
Итого		118



Гарниры, гарниры-салаты

1235 № 1235 Бобы зеленые в молочном соусе Показаны на диеты № 2, 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 15; протертые—на диеты № 1, 13 Бобы сварить, как указано в № 1234, смешать с сахаром и молочным соусом № 770 или № 780 (по показаниям).

Состав	Брутто	Нетто
Бобы зеленые	85	76
Молоко	30	30
Масло	10	10
Мука	3	3
Сахар	5	5
Итого		124



Гарниры, гарниры-салаты

1236 № 1236 Кукуруза с маслом Показана на диеты № 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 15 Кукурузу отварить до готовности; подавать с маслом. При наличии консервированной кукурузы необходимо слить жидкость, заправить маслом и прогреть до кипения.

Состав	Брутто	Нетто
Кукуруза (початки)	111	100
Масло	10	10
Итого		110



Гарниры, гарниры-салаты

1237 № 1237 Кукуруза с морковью в масле Показана на диеты № 3, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 15 Приготовить, как указано в № 1236; смешать с тушеной, нарезанной мелкими кубиками морковью.

Состав	Брутто	Нетто
Кукуруза консервированная	95	60
Морковь	50	40
Масло	10	10
Итого		110



Гарниры, гарниры-салаты

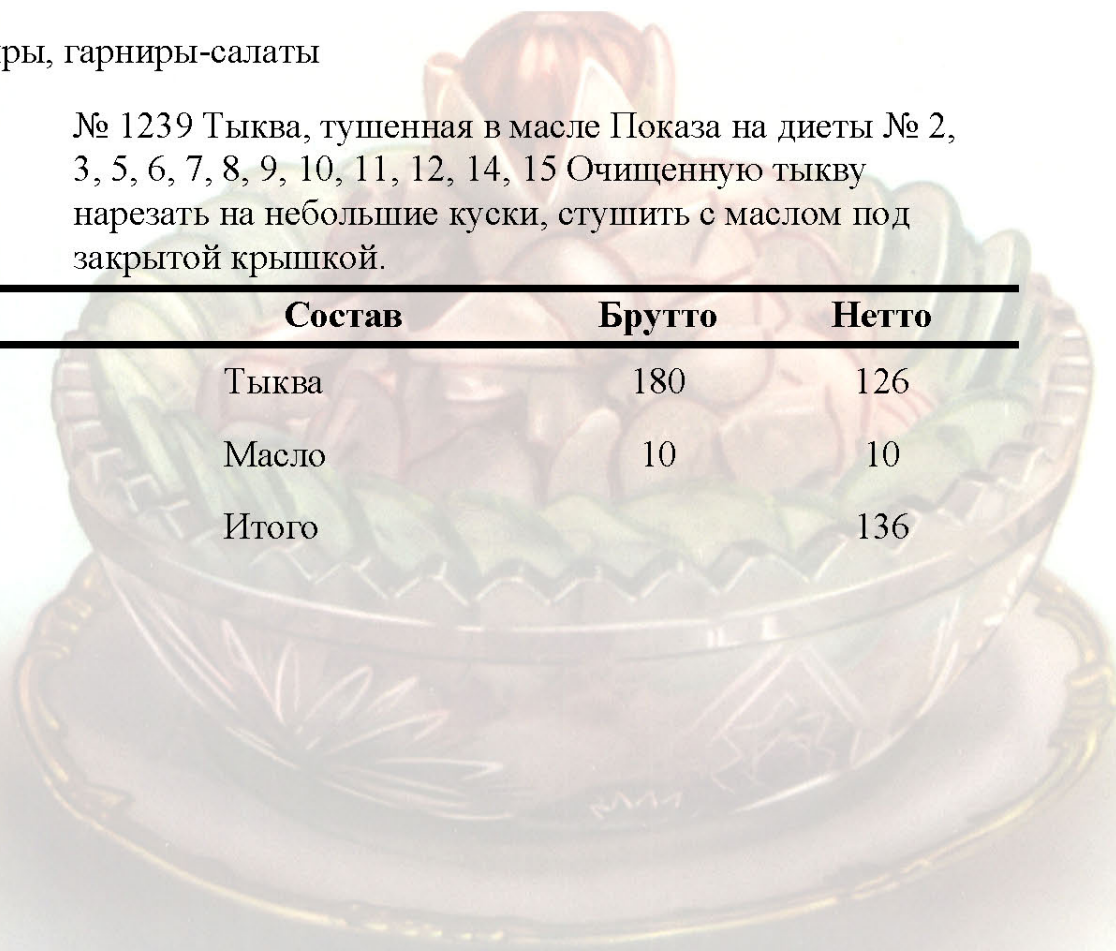
1238 № 1238 Овощи в молочном соусе Показаны на диеты №3, 10, 11, 12, 15 Цветную капусту разобрать на маленькие кочешки и сварить; сварить горошек; морковь нарезать на небольшие куски, тушить под крышкой с небольшим количеством молока. В готовую морковь добавить очищенные и нарезанные на небольшие куски кабачки и крупно нарезанные листья шпината; продолжать тушить до готовности кабачков. Готовые овощи смешать, прибавить соус № 770 и сахар.

Состав	Брутто	Нетто
Морковь	50	40
Горошек	20	20
Цветная капуста	40	40
Кабачки	20	14
Шпинат	10	8
Молоко	40	40
Мука	3	3
Масло сливочное	10	10
Сахар	5	5
Итого		180

Гарниры, гарниры-салаты

1239 № 1239 Тыква, тушенная в масле Показа на диеты № 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15 Очищенную тыкву нарезать на небольшие куски, стушить с маслом под закрытой крышкой.

Состав	Брутто	Нетто
Тыква	180	126
Масло	10	10
Итого		136



Гарниры, гарниры-салаты

1240 № 1240 Пюре из тыквы Показано на диеты № 1, 2, 5а, 5, 6, 7б, 7, 10а, 10, 11, 12, 13, 15 Тыкву очистить, стушить в собственном соку, протереть сквозь сито или пропустить через мясорубку и мешать с молочным соусом № 769.

Состав	Брутто	Нетто
Тыква	120	84
Молоко	30	30
Мука	3	3
Масло	10	10
Сахар	5	5
Итого		132



Гарниры, гарниры-салаты

1241 № 1241 Рагу из овощей Показано на диеты № 3, 11, 12, 15 Картофель морковь репу, лук, кабачки нарезать на небольшие куски и отдельно поджарить на масле до готовности; капусту и горошек отварить, помидоры нарезать небольшими дольками; из муки, масла и томата приготовить соус № 741. Все овощи смешать, ввести соус и прокипятить.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	40	28
Морковь	25	20
Репка	16	12
Цветная капуста	40	20
Горошек (зерно)	5	5
Кабачки	20	14
Помидоры	20	16
Лук	10	8
Масло	15	15
Томат	5	5
Итого		146

Гарниры, гарниры-салаты

1242 № 1242 Капуста цветная с маслом Показана на диеты № 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15 Капусту очистить от листьев, замочить в соленой воде на 15—20 минут, промыть и сварить в кипящей воде до готовности. При отпуске полить растопленным маслом.

Состав	Брутто	Нетто
Цветная капуста	200	200
Масло	10	10
Итого		210



Гарниры, гарниры-салаты

1243 № 1243 Пюре из шпината Показано на диеты № 2, 10, 11, 12, 15 Шпинат тушить с маслом под крышкой до готовности; протереть сквозь сито, смешать с молочным соусом № 769 и сахаром.

Состав	Брутто	Нетто
Шпинат	160	120
Молоко	50	50
Мука	5	5
Масло	10	10
Сахар	5	5
Итого		190



Гарниры, гарниры-салаты

1244 № 1244 Фасоль в томате Показана на диеты № 3, 11, 12, 14. 15 Фасоль сварить до готовности; лук изрубить, поджарить в масле, добавить томат и продолжать поджаривать в течение 5 минут; после этого смешать фасоль с луком и небольшим количеством отвара от фасоли.

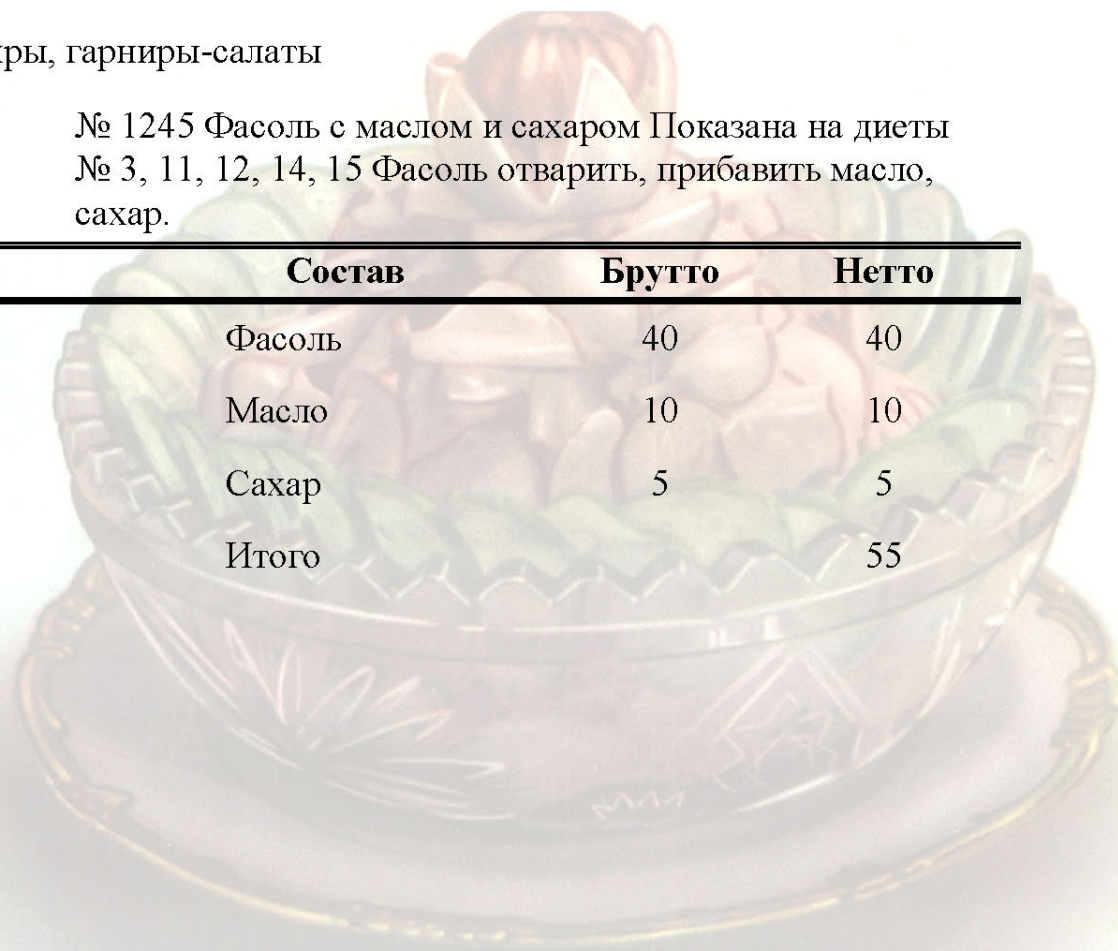
Состав	Брутто	Нетто
Фасоль	40	40
Лук репчатый	20	16
Масло сливочное	10	10
Томат	5	5
Итого		71



Гарниры, гарниры-салаты

1245 № 1245 Фасоль с маслом и сахаром Показана на диеты № 3, 11, 12, 14, 15 Фасоль отварить, прибавить масло, сахар.

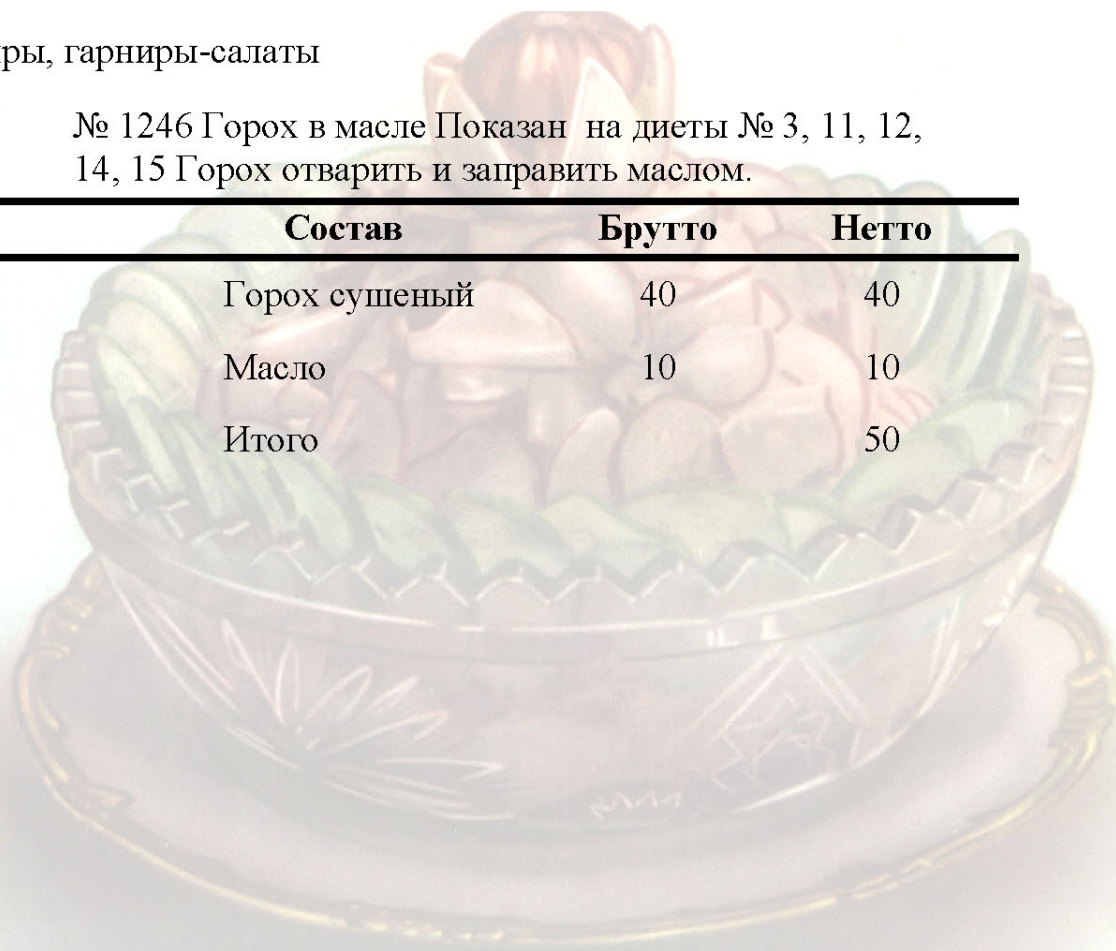
Состав	Брутто	Нетто
Фасоль	40	40
Масло	10	10
Сахар	5	5
Итого		55



Гарниры, гарниры-салаты

1246 № 1246 Горох в масле Показан на диеты № 3, 11, 12, 14, 15 Горох отварить и заправить маслом.

Состав	Брутто	Нетто
Горох сушеный	40	40
Масло	10	10
Итого		50



Гарниры, гарниры-салаты

1247 № 1247 Пюре из гороха Показано на диеты № 2, 11, 12, 14, 15 Горох отварить, протереть горячим сквозь сито или пропустить через мясорубку, сложить в кастрюлю хорошо зыбить с маслом и небольшим количеством горохового отвара.

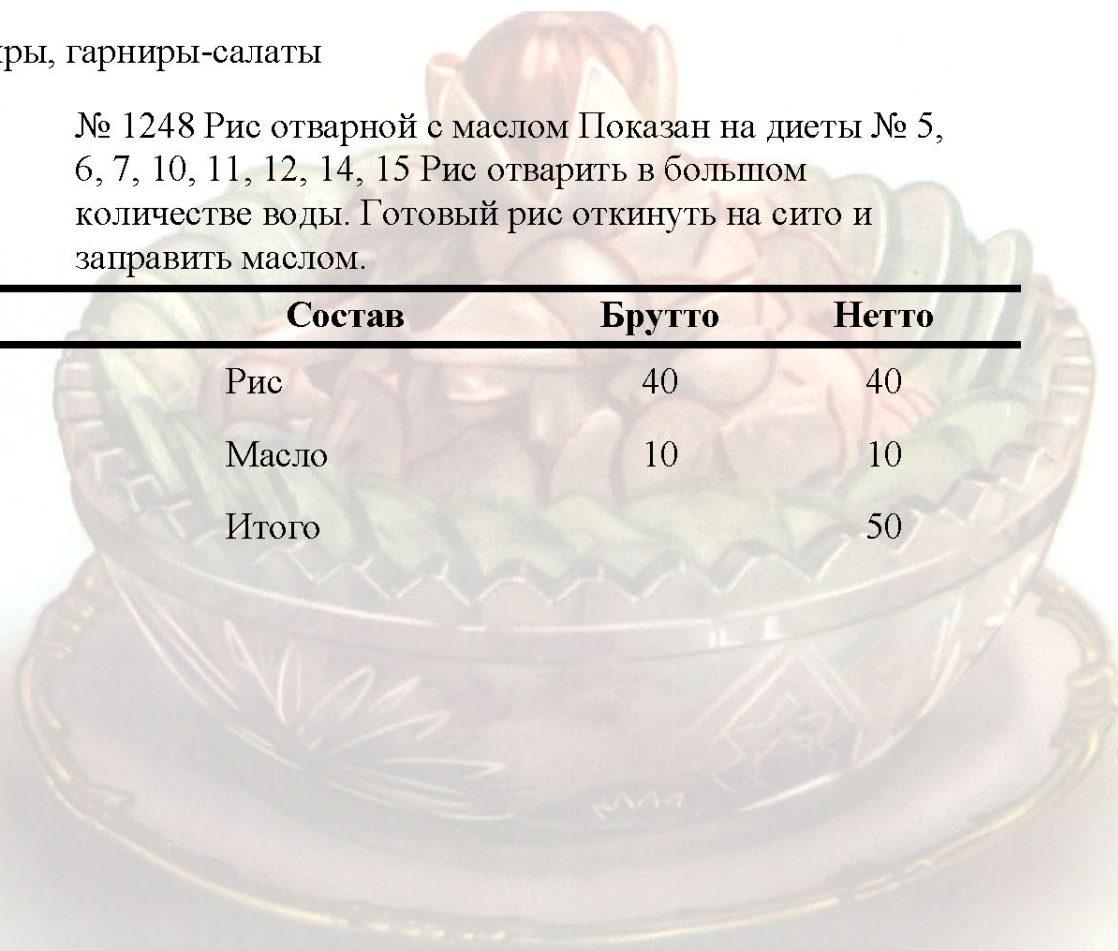
Состав	Брутто	Нетто
Горох сушеный	40	40
Масло	10	10
Итого		50



Гарниры, гарниры-салаты

1248 № 1248 Рис отварной с маслом Показан на диеты № 5, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 15 Рис отварить в большом количестве воды. Готовый рис откинуть на сито и заправить маслом.

Состав	Брутто	Нетто
Рис	40	40
Масло	10	10
Итого		50



Гарниры, гарниры-салаты

1249 № 1249 Рис отварной с томатом Показан на диеты № 6, 7, 10, 11, 12, 15 Рис отварить, как указано в № 1248, томат обжарить в масле и смешать с отварным рисом.

Состав	Брутто	Нетто
Рис	40	40
Томат	5	5
Масло	10	10
Итого		55



Гарниры, гарниры-салаты

1250 № 1250 Рис с овощами Показан на диеты № 5, 6, 7, 10, 11, 12, 15 Рис отварить, как указано в № 1248. Морковь нарезать небольшими кубиками и тушить с небольшим количеством масла; в готовую морковь добавить кабачки, нарезать так же, как и морковь; продолжать тушить до готовности кабачков. Цветную капусту разобрать на небольшие кочешки; бобы нарезать маленькими кусочками. Капусту и бобы отдельно отварить. Готовые овощи смешать с рисом и маслом.

Состав	Брутто	Нетто
Рис	30	30
Масло	10	10
Морковь	15	12
Цветная капуста	30	15
Зеленые бобы	14	12
Кабачки	15	10
Итого		89



Гарниры, гарниры-салаты

1251 № 1251 Макароны с маслом Показаны на диеты № 5, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 15; рубленые — на диеты № 1, 2
Макароны отварить в большом количестве воды; готовые макароны откинуть на дуршлаг, прибавить масло.

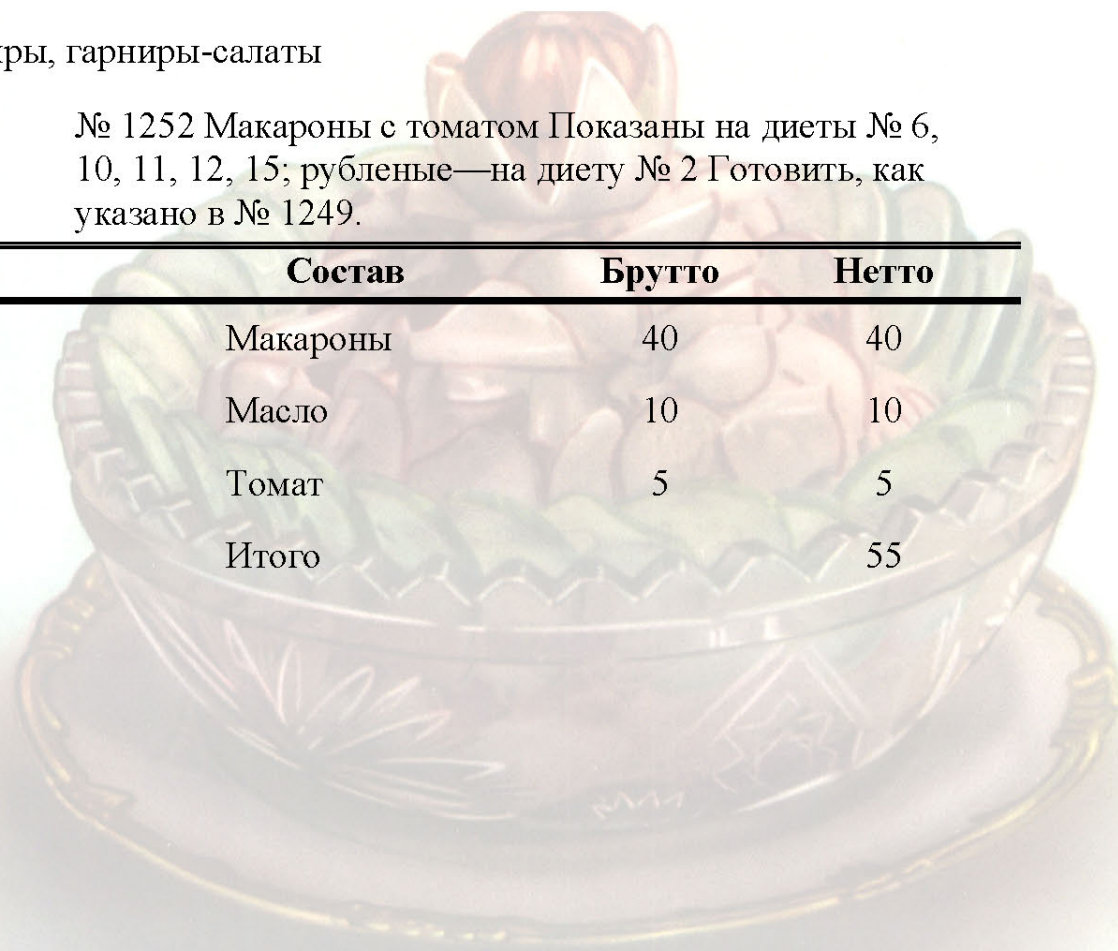
Состав	Брутто	Нетто
Макароны	40	40
Масло	10	10
Итого		50



Гарниры, гарниры-салаты

1252 № 1252 Макароны с томатом Показаны на диеты № 6, 10, 11, 12, 15; рубленые—на диету № 2 Готовить, как указано в № 1249.

Состав	Брутто	Нетто
Макароны	40	40
Масло	10	10
Томат	5	5
Итого		55



Гарниры, гарниры-салаты

1253 № 1253 Макароны с овощами Показаны на диеты № 5, 6, 7, 10, 11, 12, 15; рубленые—на диету № 2 Готовить, как указано в № 1250; овощи нашинковать в виде лапши.

Состав	Брутто	Нетто
Макароны	30	30
Масло	10	10
Морковь	20	16
Кабачки	23	15
Бобы зеленые	15	12
Кольраби	20	15
Итого		98



Гарниры, гарниры-салаты

1254 № 1254 Каша гречневая рассыпчатая Показана на диеты № 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 15; протертая—на диеты № 1, 2, 13 Крупу поджарить до золотистого цвета и горячей засыпать в кипящую воду: кипятить в течение 5—10 минут; поставить в водяную баню и варить до готовности. Готовую кашу выложить на противень, перемешать и ввести масло. До отпуска хранить на мармите.

Состав	Брутто	Нетто
Крупа гречневая	40	40
Вода	60	60
Масло	10	10
Итого		110



Гарниры, гарниры-салаты

1255 № 1255 Каша пшеница рассыпчатая Показана на диеты № 5, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 15 В кипящую воду засыпать пшено, варить в течение 10 минут, затем поставить в водяную баню и варить до готовности. Можно также отварить пшено в кипящей воде до готовности; откинуть на сито и ввести масло.

Состав	Брутто	Нетто
Пшено	50	50
Масло	15	15
Вода	90	90
Итого		155



Гарниры, гарниры-салаты

1256 № 1256 Каша перловая Показана на диеты № 5, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 15; протертая—на диеты № 1. 2. 13 Промыть и замочить крупу на 2—3 часа; варить в той же воде после закипания в течение 20 минут на огне; затем поставить в водяную баню и варить до готовности. Подавать с маслом.

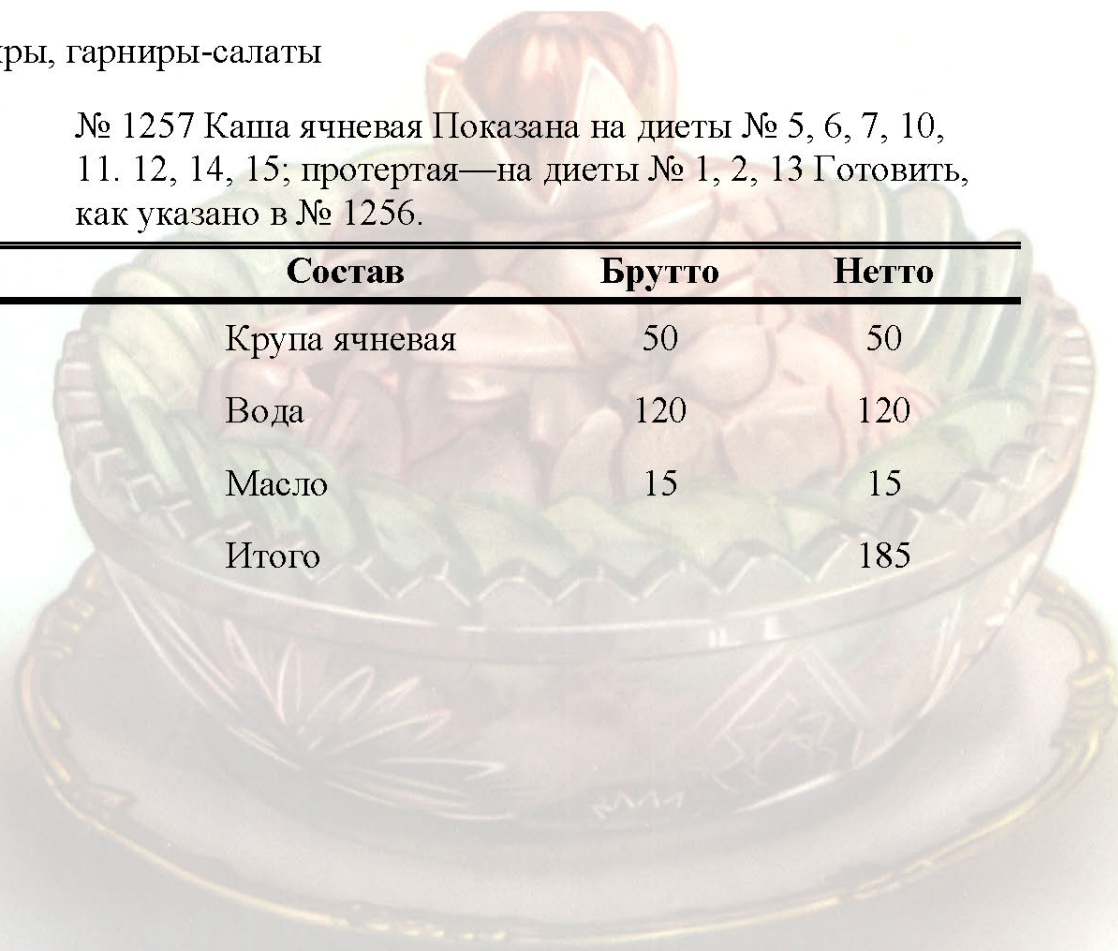
Состав	Брутто	Нетто
Крупа перловая	50	50
Вода	135	135
Масло	15	15
Итого		200



Гарниры, гарниры-салаты

1257 № 1257 Каша ячневая Показана на диеты № 5, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 15; протертая—на диеты № 1, 2, 13 Готовить, как указано в № 1256.

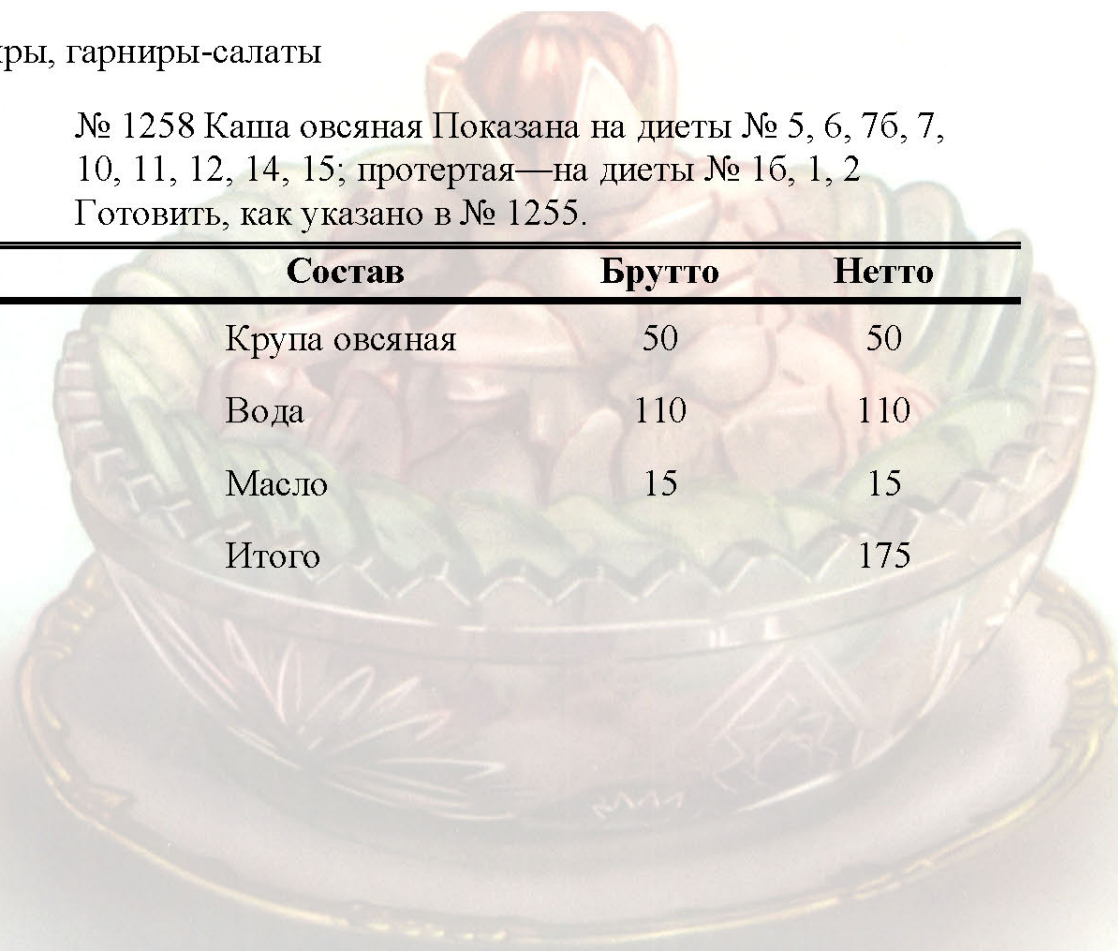
Состав	Брутто	Нетто
Крупа ячневая	50	50
Вода	120	120
Масло	15	15
Итого		185



Гарниры, гарниры-салаты

1258 № 1258 Каша овсяная Показана на диеты № 5, 6, 7б, 7, 10, 11, 12, 14, 15; протертая—на диеты № 1б, 1, 2
Готовить, как указано в № 1255.

Состав	Брутто	Нетто
Крупа овсяная	50	50
Вода	110	110
Масло	15	15
Итого		175



Гарниры, гарниры-салаты

1259 № 1259 Каша манная рассыпчатая с укропом Показана на диеты № 2, 5, 6, 10, 11, 12, 14, 15; без укропа—на диету № 7 Крупу поджарить до слегка желтоватого цвета; горячую крупу засыпать в кипящую с маслом воду, варить в течение 5 минут, затем продолжать варить 30 минут в водяной бане; выложить кашу на противень, смешать с рубленным укропом. До отпуски держать на мармите.

Состав	Брутто	Нетто
Крупа манная	50	50
Масло	15	15
Вода	135	135
Укроп	5	4
Итого		204



Гарниры, гарниры-салаты

1260 № 1260 Макароны рубленые с горошком Показаны на диеты № 2, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 15 Макароны отварить, нашинковать, смешать с отварным горошком и ввести масло.

Состав	Брутто	Нетто
Макароны	40	40
Горошек	30	30
Масло сливочное	10	10
Итого		80



Гарниры, гарниры-салаты

1261 № 1261 Капуста квашеная тушеная, с луком и томатом
Показана на диеты № 3, 9, 11, 12, 15 Капусту промыть, положить в кастрюлю, добавить немного воды или бульона, тушить под крышкой до готовности; лук обжарить в масле; в обжаренный лук добавить томат, продолжать жарение в течение 5 минут, затем смешать лук с капустой и добавить сахар.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста квашеная	295	205
Масло	20	20
Лук	20	16
Томат	10	10
Сахар	5	5
Итого		256



Гарниры, гарниры-салаты

1262 № 1262 Капуста паровая с морковью и горошком
Показана на диеты № 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 15; без сахара—на диеты № 8, 9 Капусту и морковь нарезать небольшими кубиками и тушить в небольшом количестве молока до готовности. Готовую капусту и морковь смешать с вареным горошком, сахаром и соусом № 770 или № 780 (по показаниям).

Состав	Брутто	Нетто
Капуста белокочанная	75	60
Горошек	15	15
Морковь	25	20
Мука	3	3
Масло сливочное	10	10
Молоко	50	50
Сахар	5	5
Итого		163



Гарниры, гарниры-салаты

1263 № 1263 Салат из помидоров с растительным маслом
Показан на диеты № 3, 5, 6, 7б, 7. 8, 9, 10, 11, 12, 15
Помидоры нарезать кружками, положить на тарелку,
полить растительным маслом, посыпать рубленым
луком. На диеты № 5, 7б, 7 без лука.

Состав	Брутто	Нетто
Помидоры	95	80
Лук зеленый	15	12
Масло растительное	10	10
Итого		102



Гарниры, гарниры-салаты

1264 № 1264 Салат зеленый с огурцами и сметаной Показан на диеты № 3, 5, 6, 7б, 7, 8, 9, 10, И, 12, 15 Перебрать и тщательно промыть зеленый салат, крупно нарезать, смешать с очищенными и нарезанными огурцами, положить на тарелку, залить заправкой № 779 и посыпать зеленым луком, кроме порций, на диеты № 5, 7б, 7.

Состав	Брутто	Нетто
Салат зеленый	35	25
Огурцы	50	40
Сметана	25	25
Сахар	5	5
Лук зеленый	15	12
Итого		107



Гарниры, гарниры-салаты

1265 № 1265 Салат зеленый с огурцами и растительным маслом Показан на диеты № 3, 5, 6, 7б, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15 Приготовить, как указано в № 1264, и залить заправкой № 777. На диеты № 5, 7б, 7 без лука и с рафинированным маслом.

Состав	Брутто	Нетто
Салат зеленый	55	40
Масло растительное	10	10
Сахар	5	5
Лук	15	12
Огурцы	50	40
Итого		107



Гарниры, гарниры-салаты

1266 № 1266 Салат зеленый с фруктами и сметаной Показан на диеты № 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 15 Приготовить, как указано в № 1264, но вместо огурцов добавить клубнику и крутые нашинкованные яйца и залить сметаной, смешанной с сахаром.

Состав	Брутто	Нетто
Салат зеленый	55	40
Клубника	30	25
Сахар	5	5
Сметана	25	25
Яйца	1/3 ч.	16
Итого		111



Гарниры, гарниры-салаты

1267 № 1267 Салат из капусты со сметаной Показан на диеты № 3, 5, 6, 7б, 7, 10, 11, 12, 15 Свежую капусту нашинковать, прибавить сметану и сахар, слегка перемешать.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста	100	80
Сметана	20	20
Сахар	5	5
Итого		105



Гарниры, гарниры-салаты

1268 № 1268 Салат из капусты с яблоками и сметаной
Показан на диеты № 3, 5, 6, 7б, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15
Приготовить, как указано в № 1267, добавить
нашинкованные яблоки.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста	75	60
Сметана	20	20
Сахар	5	5
Яблоки	35	25
Итого		110



Гарниры, гарниры-салаты

1269 № 1269 Салат из капусты и свеклы Показан на диеты № 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 15 Капусту нашинковать, слегка стереть с солью и смешать с печеной шинкованной свеклой, уксусом по вкусу, сахаром и растительным маслом.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста	80	65
Свекла	42	32
Сахар	5	5
Уксус		
Масло растительное	10	10
Итого		112



Гарниры, гарниры-салаты

1270 № 1270 Салат из капусты и моркови Показан на диеты № 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15 Приготовить, как указано в № 1268, но вместо яблок добавить сырую тертую морковь.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста	50	40
Морковь	50	40
Сметана	20	20
Сахар	5	5
Итого		105



Гарниры, гарниры-салаты

1271 № 1271 Салат из помидоров и лука Показан на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 15 Помидоры, лук репчатый нарезать тонкими кружочками; помидоры сложить на тарелку поочередно вперемешку с луком; сверху полить растительным маслом и посыпать рубленой зеленью петрушки.

Состав	Брутто	Нетто
Помидоры	100	80
Лук репчатый	19	16
Масло растительное	10	10
Зелень петрушки	5	4
Итого		110



Гарниры, гарниры-салаты

1272 № 1272 Салат из красной капусты Показан на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 15; без соли — на диету № 10 Капусту мелко нашинковать, слегка стереть с солью; затем прибавить уксус, сахар и растительное масло.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста красная	120	95
Сахар	5	5
Масло растительное	10	10
Уксус		
Итого		110



Гарниры, гарниры-салаты

1273 № 1273 Салат из красной капусты и яблок Показан на диеты № 8, 9, 10, 11, 12, 15 Приготовить, как указано в № 1268; в готовый салат добавить мелко шинкованные яблоки.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста красная	90	70
Яблоки	42	32
Уксус по вкусу		
Сахар	5	5
Масло растительное	10	10
Итого		117



Гарниры, гарниры-салаты

1274 № 1274 Салат из сырых овощей Показан на диеты № 8, 9, 10, 11, 12, 15 Овощи мелко нашинковать, смешать с сахаром и сметаной.

Состав	Брутто	Нетто
Морковь	15	12
Кабачки	18	12
Щавель	15	12
Шпинат	15	12
Лук зеленый	15	12
Капуста белая	40	20
Сахар	5	5
Сметана	25	25
Итого		110



Гарниры, гарниры-салаты

1275 № 1275 Салат из тертой моркови, горошка и яблок
Показан на диеты № 3, 5, 6, 7б, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15
Морковь натереть на терке, смешать с сырым зеленым горошком, яблоками, нарезанными в виде кубиков, сметаной и сахаром.

Состав	Брутто	Нетто
Морковь	50	40
Горошек	15	15
Яблоки	42	32
Сметана	20	20
Сахар	5	5
Итого		112



Гарниры, гарниры-салаты

1276 № 1276 Салат из свеклы и ревеня Показан на диеты № 3, 10, 11, 12, 15; без сахара—на диеты № 8, 9 Свеклу отварить или запечь; готовую свеклу очистить, нарезать тонкими ромбиками и смешать с очищенными, нарезанными на небольшие куски черенками ревеня, сметаной и сахаром.

Состав	Брутто	Нетто
Свекла	90	68
Ревень	34	25
Сахар	5	5
Сметана	25	25
Итого		123



Гарниры, гарниры-салаты

1277 № 1277 Салат из сельдерея и ревеня Показан на диеты № 3, 11, 12, 15; без сахара — на диеты № 8, 9
Приготовить, как указано в № 1276.

Состав	Брутто	Нетто
Сельдерей	130	85
Ревень	30	23
Сахар	5	5
Сметана	25	25
Итого		138



Гарниры, гарниры-салаты

1278 № 1278 Салат из тыквы и яблок Показан на диеты № 3, 5, 6, 7, 11, 12, 15; без сахара — на диеты № 8, 9 Тыкву и яблоки очистить, мелко нашинковать в виде лапши, смешать с изюмом, сахаром, корицей и сметаной.

Состав	Брутто	Нетто
Тыква	60	40
Яблоки	42	32
Корица	1	1
Сметана	20	20
Сахар	5	5
Изюм	10	10
Итого		108



Гарниры, гарниры-салаты

1279

№ 1279 Салат из тыквы, яблок и дыни с лимоном
Показан на диеты № 3, 5, 6, 7б, 7, 10, 11, 12, 15; без сахара—на диеты № 8, 9 Тыкву, яблоки и дыню очистить, нашинковать в виде лапши, посыпать сахаром и обложить ломтиками лимона.

Состав	Брутто	Нетто
Тыква	47	33
Дыня	50	35
Яблоки	42	32
Лимон	20	20
Сахар	5	5
Итого		125



Гарниры, гарниры-салаты

1280 № 1280 Салат из картофеля, сельдерея и яблок Показан на диеты № 3, 6, 10, 11, 12, 15 Отваренный картофель, сельдерей и сырые яблоки нарезать ромбиками, салат мелко нарубить; все смешать, прибавить сметану и уксус по вкусу; положить на тарелку, сверху посыпать рубленой зеленью укропа.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	40	28
Сельдерей	40	28
Яблоки	35	25
Салат зеленый	15	12
Сметана	25	25
Укроп	5	4
Уксус		
Итого		122



Гарниры, гарниры-салаты

1281 № 1281 Салат из помидоров и яблок Показан на диеты № 3, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 15 Помидоры и яблоки нарезать небольшими дольками, смешать с нарубленным салатом, залить заправкой № 777, посыпать рубленой зеленью.

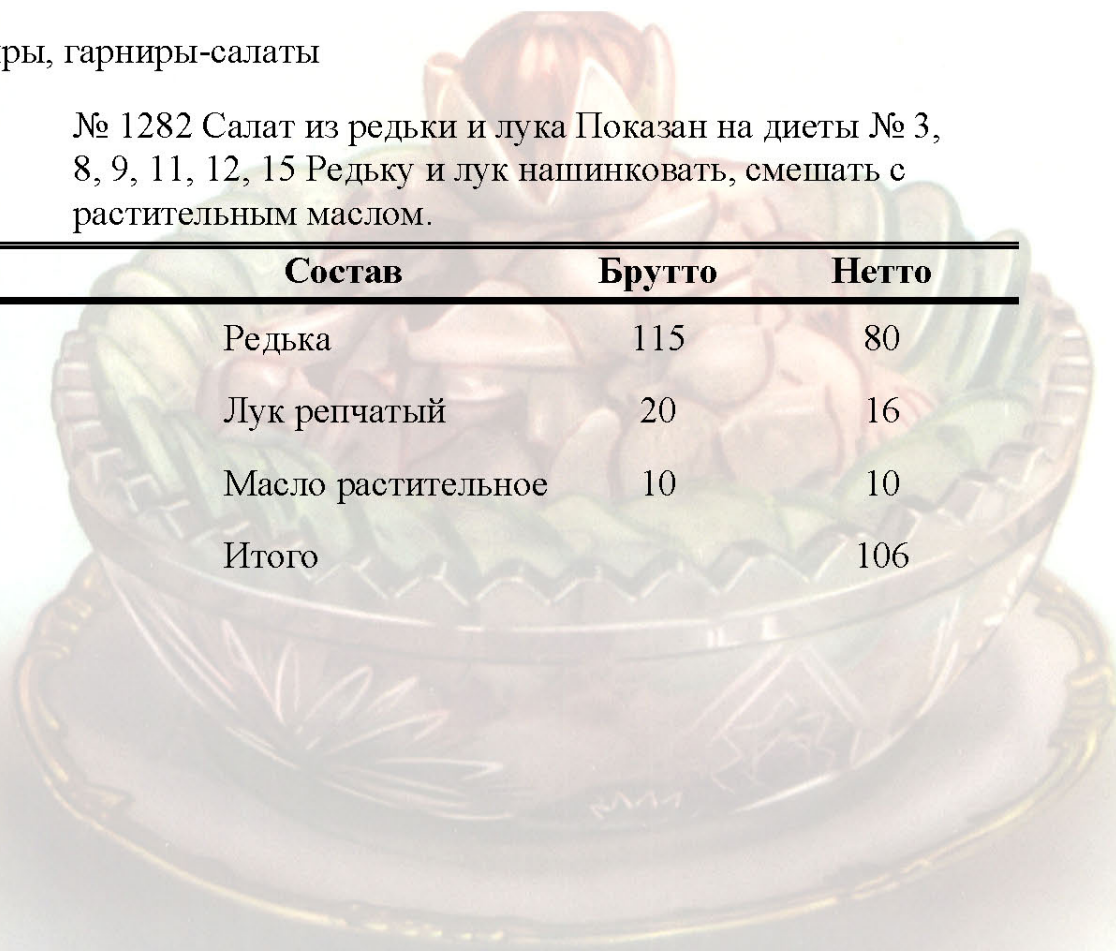
Состав	Брутто	Нетто
Помидоры	60	50
Яблоки	42	32
Салат	28	20
Укроп или петрушка	8	6
Масло растительное	10	10
Уксус		
Итого		118



Гарниры, гарниры-салаты

1282 № 1282 Салат из редьки и лука Показан на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 15 Редьку и лук нашинковать, смешать с растительным маслом.

Состав	Брутто	Нетто
Редька	115	80
Лук репчатый	20	16
Масло растительное	10	10
Итого		106



Гарниры, гарниры-салаты

1283 № 1283 Салат из редиса со сметаной Показан на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 15 Редис и лук нашинковать, залить сметаной.

Состав	Брутто	Нетто
Редис белый	150	75
Сметана	25	25
Лук зеленый	13	10
Итого		110



Гарниры, гарниры-салаты

1284 № 1284 Салат из квашеной капусты с луком Показан на диеты № 3, 9, 11, 12, 15 В квашеную капусту с шинкованным луком¹ добавить масло, можно посыпать сахаром (кроме порций на диету № 9),

Состав	Брутто	Нетто
Капуста квашеная	120	90
Лук	24	16
Масло растительное	10	10
Итого		116



Гарниры, гарниры-салаты

1285 № 1285 Салат из редиса, помидоров, огурцов и лука
Показан на диеты № 3, 8, 9, 10, 11, 12, 15 Редис, лук и огурцы нашинковать, помидоры нарезать небольшими дольками, смешать, положить на тарелку, залить сметаной.

Состав	Брутто	Нетто
Редис красный	30	20
Помидоры	40	30
Огурцы	25	20
Лук зеленый	19	15
Сметана	20	20
Итого		105



Гарниры, гарниры-салаты

1286 № 1286 Салат из моркови, орехов, меда и манной крупы
Показан на диеты № 3, 5, 6, 7б, 7, 10, 11, 12, 15 Крупу размочить в кипяченой холодной воде, орехи и морковь нашинковать; после этого морковь, мед, крупу и часть орехов смешать, положить на тарелку; сверху украсить орехами.

Состав	Брутто	Нетто
Морковь	31	25
Мед	30	30
Крупа манная	15	15
Орехи ядро	30	30
Вода	15	15
Итого		115



Гарниры, гарниры-салаты

1287 № 1287 Салат из картофеля с луком и зеленью Показан на диеты № 3, 6, 11, 12, 15; без лука—на диеты № 5, 10 Отварить картофель, нарезать тонкими ломтиками, смешать с шинкованным луком и растительным маслом. При отпуске посыпать рубленой зеленью петрушки.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	120	91
Лук	12	10
Петрушка зелень	5	4
Масло растительное	10	10
Итого		115



Гарниры, гарниры-салаты

1288 № 1288 Салат из квашеной капусты и свеклы Показан на диеты № 3, 11, 12, 15; без сахара—на диету № 9
Квашеную капусту перебрать, смешать с нашинкованной отварной или печеной свеклой, растительным маслом и сахаром.

Состав	Брутто	Нетто
Квашеная капуста	64	45
Свекла	65	50
Масло растительное	10	10
Сахар	5	5
Итого		110



Гарниры, гарниры-салаты

1289 № 1289 Салат из квашеной капусты и клюквы Показан на диеты № 3, 9, 11, 12, 15 Приготовить, как указано в № 1288, но вместо свеклы класть клюкву.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста квашеная	93	65
Клюква	26	25
Масло растительное	10	10
Сахар	5	5
Итого		105



Гарниры, гарниры-салаты

1290 № 1290 Салат из картофеля и соленых огурцов Показан на диеты № 3, 11, 12, 15 Отваренный в кожуре и затем очищенный картофель и огурцы нарезать тонкими ломтиками, смешать с шинкованным луком и растительным маслом.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	93	70
Соленые огурцы	40	35
Лук	12	10
Масло растительное	10	10
Итого		125



Гарниры, гарниры-салаты

1291 № 1291 Салат из зеленой фасоли Показан на диеты № 3, 7, 8, 9, 11, 12, 15 Зеленую фасоль нашинковать в виде лапши и отварить в большом количестве воды, отцедить, смешать с нашинкованным луком, сахаром и сметаной.

Состав	Брутто	Нетто
Фасоль зеленая	80	72
Лук зеленый	19	15
Сахар	5	5
Сметана	25	25
Итого		117



Гарниры, гарниры-салаты

1292 № 1292 Салат из зеленого перца и зелени Показан на диеты № 3, 6, 11, 12, 15; без сахара—на диеты № 8, 9
Зеленый перец и лук нашинковать, салат мелко нарезать; все смешать и залить сметаной, смешанной с сахаром.

Состав	Брутто	Нетто
Перец зеленый	50	40
Лук зеленый	20	15
Салат	35	25
Сахар	5	5
Сметана	20	20
Итого		105



Гарниры, гарниры-салаты

1293 № 1293 Салат из вареной моркови и яблок Показан на диеты № 3, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 15 Отварную морковь и сырые яблоки нарезать тонкими ломтиками, смешать с корицей и сахаром. Перед отпуском залить сметаной.

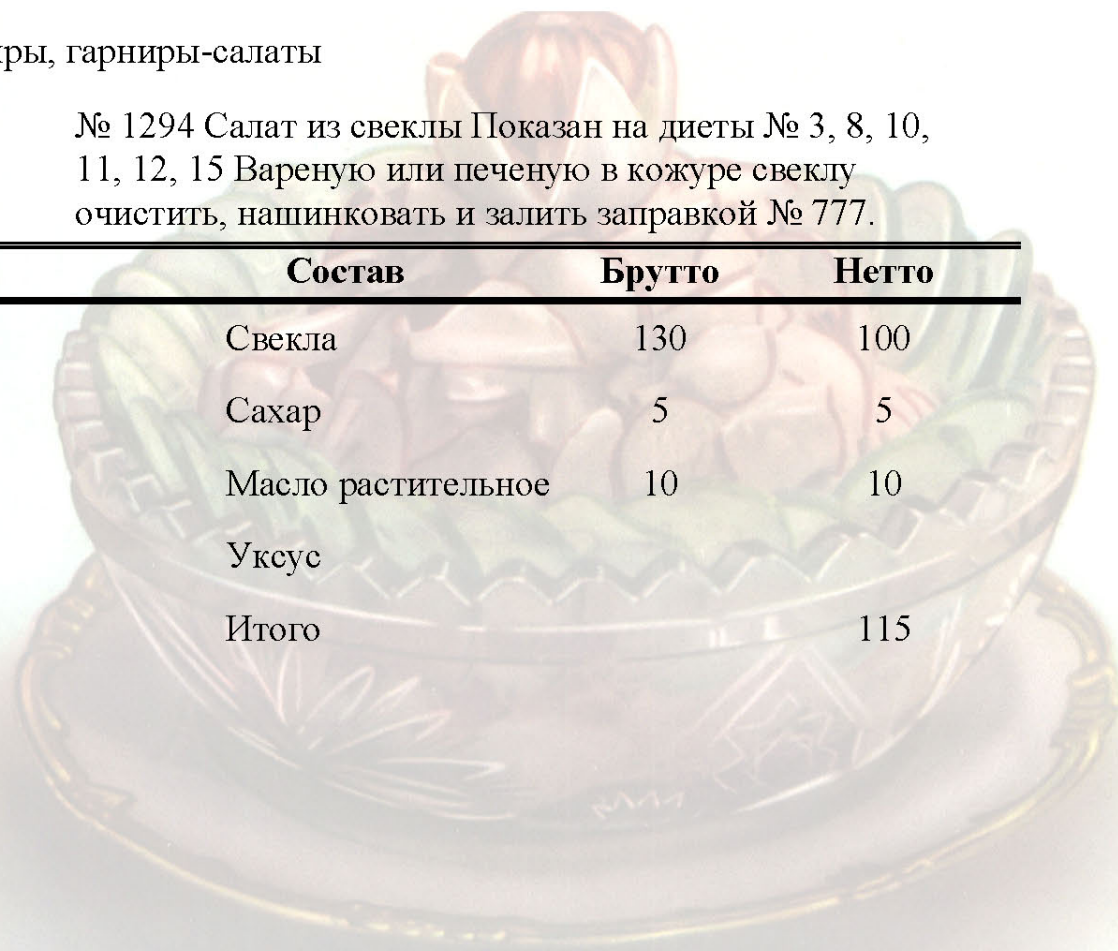
Состав	Брутто	Нетто
Морковь	50	40
Яблоки	53	40
Корица	1	1
Сахар	5	5
Сметана	20	20
Итого		106



Гарниры, гарниры-салаты

1294 № 1294 Салат из свеклы Показан на диеты № 3, 8, 10, 11, 12, 15 Вареную или печеную в кожуре свеклу очистить, нашинковать и залить заправкой № 777.

Состав	Брутто	Нетто
Свекла	130	100
Сахар	5	5
Масло растительное	10	10
Уксус		
Итого		115



Гарниры, гарниры-салаты

1295 № 1295 Салат из свеклы с изюмом и лиственной зеленью Показан на диеты № 3, 5, 6, 7б, 7, 8, 10, 11, 12, 15 Вареную или печеную свеклу нашинковать, смешать с нарезанным салатом, изюмом, сахаром и сметаной.

Состав	Брутто	Нетто
Свекла	60	45
Салат	28	20
Изюм	20	20
Сахар	5	5
Сметана	20	20
Итого		100



Гарниры, гарниры-салаты

1296 № 1296 Салат из помидоров, зеленого перца и лука
Показан на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 15 Помидоры нарезать тонкими пластинками; зеленый лук и перец нашинковать, смешать; положить на тарелку помидоры, на них смешанные зеленый перец и лук и залить заправкой № 777.

Состав	Брутто	Нетто
Помидоры	95	80
Перец зеленый	20	15
Лук	13	10
Масло растительное	10	10
Уксус		
Итого		115



Гарниры, гарниры-салаты

1297 № 1297 Салат из картофеля, квашеной капусты, каперсов и лука Показан на диеты №3, 11, 12, 15
Квашеную капусту перебрать, смешать с вареным картофелем, нарезанным ломтиками, каперсами, нашинкованным зеленым луком и растительным маслом.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	55	40
Квашеная капуста	43	30
Каперсы консервированные	40	20
Лук зеленый	13	10
Масло растительное	10	10
Итого		110



Гарниры, гарниры-салаты

1298 № 1298 Салат из маринованных патиссонов и лука
Показан на диеты № 3, 6, 9, 11, 12, 15 Патиссоны
нарезать ромбиками, смешать с шинкованным луком и
растительным маслом.

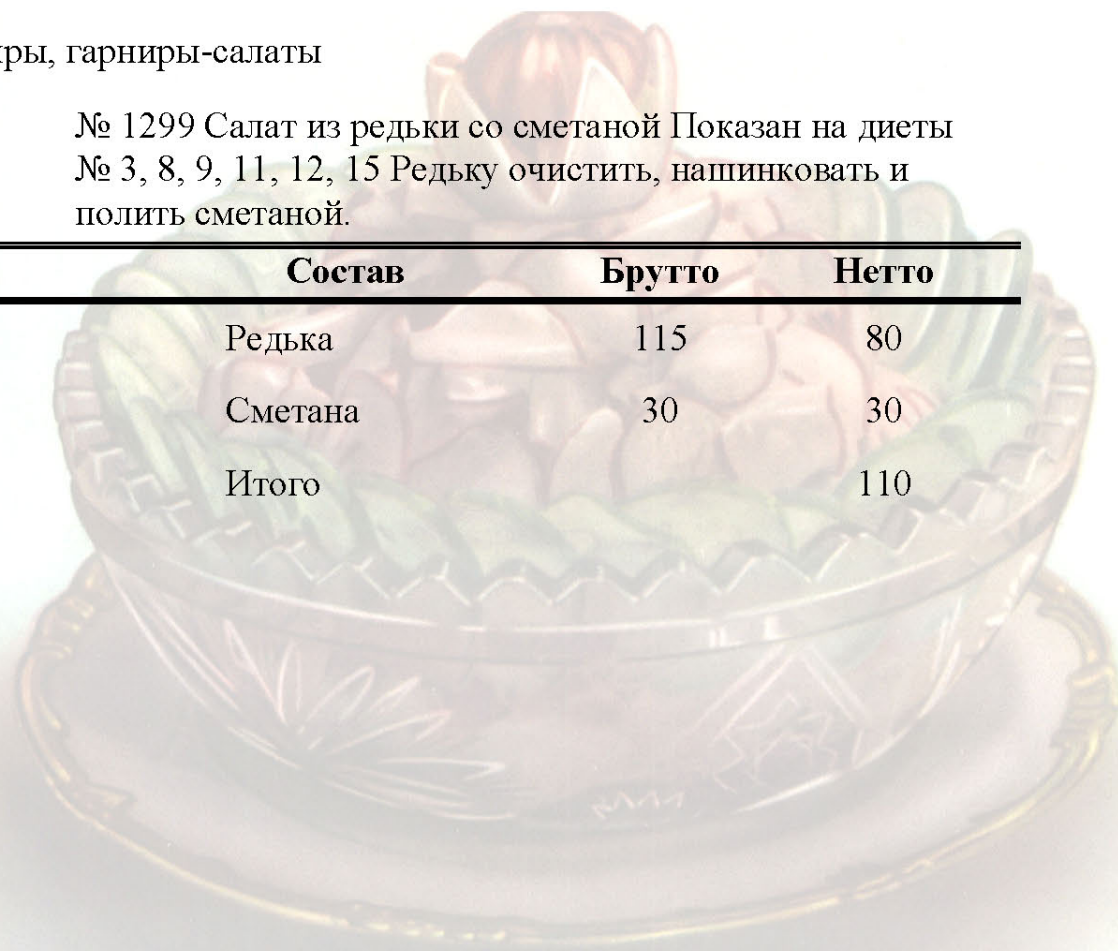
Состав	Брутто	Нетто
Патиссоны	100	80
Лук репчатый	12	10
Масло растительное	10	10
Итого		100



Гарниры, гарниры-салаты

1299 № 1299 Салат из редьки со сметаной Показан на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 15 Редьку очистить, нашинковать и полить сметаной.

Состав	Брутто	Нетто
Редька	115	80
Сметана	30	30
Итого		110



Гарниры, гарниры-салаты

1300 № 1300 Салат из кабачков, капусты и яблок Показан на диеты № 3, 5, 6, 7б, 7, 10, 11, 12, 15; без сахара — на диеты № 8, 9 Капусту, очищенные кабачки и яблоки нашинковать, смешать и заправить сахаром и сметаной.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста	25	20
Яблоки	27	20
Кабачка	30	20
Сахар	5	5
Сметан	25	25
Итого		90



Гарниры, гарниры-салаты

1301 № 1301 Салат из маринованной капусты Показан на диеты № 3, 9, 11, 12, 15 Капусту нарезать папками, посыпать шинкованным луком и полить растительным маслом.

Состав	Брутто	Нетто
Капуста маринованные	100	95
Лук	13	10
Масло растительное	5	5
Итого		110



Гарниры, гарниры-салаты

1302 № 1302 Салат из тертых сырых овощей Показан на диеты №, 2, 3, 5а, 5, 6, 7б, 7, 10, 11, 12, 15 Морковь, тыкву и яблоки очистить, натереть на терке, заправить сметаной и сахаром.

Состав	Брутто	Нетто
Морковь	31	25
Тыква	35	25
Яблоки	26	20
Сахар	5	5
Сметана	25	25
Итого		100



Гарниры, гарниры-салаты

1303 № 1303 Салат из картофеля и маринованных грибов
Показан на диеты № 3, 11, 12, 15 Отварной картофель и грибы нашинковать кружками, смешать с шинкованным луком и растительным маслом.

Состав	Брутто	Нетто
Картофель	95	70
Маринованные грибы	40	30
Лук	13	10
Масло растительное	10	10
Итого		120



Гарниры, гарниры-салаты

1304 № 1304 Салат из горошка, яблок и лука Показан на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 15 Очищенные яблоки и лук нарезать небольшими кубиками, смешать с вареным горошком, сахаром и сметаной.

Состав	Брутто	Нетто
Горошек (зерно)	30	30
Яблоки	50	40
Лук репчатый	13	10
Сахар	5	5
Сметана	20	20
Итого		105

