

**Расход соли и специй
при приготовлении блюд и изделий**

| Блюда | Наименование специй | |
|--------------------------------------------------------|---------------------|------------------|
| | Соль, г | Лавровый лист, г |
| 1 | 2 | 5 |
| 1. Холодные блюда (на порцию) | 2—3 | 0,01 |
| 2. Супы (на 1000 г) ¹ | 6—10 | 0,04 |
| 3. Блюда из овощей (варка) на 1 л воды | 10 | — |
| 4. Блюда из круп (на 1 кг крупы) | | |
| гречневая каша: | | |
| рассыпчатая из ядрицы | 21 | — |
| вязкая | 40 | — |
| пшенная каша: | | |
| рассыпчатая | 25 | — |
| вязкая | 40 | — |
| рисовая каша: | | |
| рассыпчатая | 28 | — |
| вязкая | 45 | — |
| перловая каша: | | |
| рассыпчатая | 30 | — |
| вязкая | 45 | — |
| овсяная каша вязкая | 40 | — |
| манная каша вязкая | 45 | — |
| кукурузная каша: | | |
| рассыпчатая | 30 | — |
| вязкая | 35 | — |
| 5. Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов) | 3—4 | — |
| 6. Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий | 30 | — |
| 7. Блюда из яиц (на 1 шт.) | 0,25 | — |
| 8. Блюда из творога (на 1 кг) | 10 | — |
| 9. Блюда из рыбы и морепродуктов (на 1 порцию) | 3 | 0,01 |
| 10. Блюда из мяса (на 1 порцию) | 4 | 0,02 |
| 11. Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию) | 3—5 | 0,02 |

¹ Норма закладки соли в молочных супах — 6 г на 1000 г.