

Технологическая карта № 27

Наименование кулинарного изделия (блюда): «Капуста тушеная»

Номер рецептуры: 354

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельяна – Москва ДеЛи плюс, 2016г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
	сад	сад
Капуста белокочанная свежая	180	144
Масло растительное	2	2
Морковь	10	7
Лук репчатый	10	8
Томатная паста	5	5
ВЫХОД:		150,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
				В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe
1,7	5,25	14,4	111,6	0,06	5,36	28,57	38,4	70,63	48,23	1,47

Технология приготовления: Овощи перебирают, отбрасывают загнившие, побитые экземпляры, затем тщательно промывают под холодной проточной водой от земли и песка, после чего очищают. При очистке овощей снимают кожу тонким слоем, так как верхний слой более богат витаминами. После очистки овощи повторно промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, ситок. Овощи хранят без воды. Овощи очищают непосредственно перед их употреблением. Нарезанные овощи должны сразу же подвергаться тепловой обработке, иначе в них происходит разрушение витаминов, потеря минеральных солей, крахмала, т.е. снижение пищевой ценности. Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в кастрюлю слоем до 30см, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), масло растительное и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Морковь и лук мелко шинкуют, припускаю на масле, добавляют томатную пасту и тушат до готовности. За 10-15 минут до окончания тушения капусты добавляют припущенные овощи, соль, доводят до кипения и протушивают 5-10 мин..

Температура подачи: +60.....+65°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами

Консистенция: сочная, слабохрустящая

Цвет: светло-коричневый

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо, умеренно соленый, кисло-сладкий

Запах: тушеной капусты, томата, овощей.

Технологическая карта № 52 МБДОУ
№ 26

Наименование кулинарного изделия (блюда): «Икра свекольная»

Номер рецептуры: 55

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельяна – Москва ДеЛи плюс, 2016г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
	сад	сад
Свекла	180	135
Лук репчатый	10	8
Морковь	10	7
Томатная паста	5	5
Растительное масло	3	3
ВЫХОД:		130

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
				В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1,14	4,87	6,69	75,12	0,02	76	-	28,92	32,78	16,72	1,06

Технология приготовления: Овощи перебирают, отбрасывают загнившие, побитые экземпляры, затем тщательно промывают под холодной проточной водой от земли и песка, после чего очищают. При очистке овощей снимают кожу тонким слоем, так как верхний слой более богат витаминами. После очистки овощи повторно промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. Овощи хранят без воды. Овощи очищают непосредственно перед их употреблением. Нарезанные овощи должны сразу же подвергаться тепловой обработке, иначе в них происходит разрушение витаминов, потеря минеральных солей, крахмала, т.е. снижение пищевой ценности.

Неочищенную (промытую) свеклу отваривают до готовности, очищают от кожицы и измельчают. Лук и морковь шинкуют и пассеруют, в конце пассерованные добавляют томатную пасту. Свеклу соединяют с пассированными овощами, добавляют соль, растительное масло, прогревают и охлаждают.

Температура подачи: +15.....+20°С.

Требования к качеству:

Внешний вид: икра имеет однородную консистенцию, все компоненты равномерно перемешаны.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: продуктов, входящих в блюдо.

Вкус продуктов, входящих в блюдо.

Запах: продуктов, входящих в блюдо.