

Технологическая карта № п.153

Номер рецептуры: 153

Наименование блюда : **Жаркое по-домашнему**

Наименование сырья	Норма закладки на одну порцию, в гр.							
	Ясли		Детсад		ГКП		*Сотруд	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Грудка куриная	107.3	79	150.3	110.6	107.3	79		
масса тушеного мяса		50		70		50		
Картофель	106.4	80	159.6	120	106.4	80		
Лук репчатый	12	10	18	15	12	10		
Масло растительное	4	4	6	6	4	4		
Томат-паста	2	2	3	3	2	2		
масса готовых овощей		100		150		100		
В ы х о д		100/50		150/70		100/50		150/70

Технология приготовления:

Мясо нарезают ломтиками поперек волокон по 2 куса на порцию массой 30—40 г, картофель и лук — кубиками. Затем мясо обжаривают до образования легкой румяной корочки, лук бланшируют и пассеруют, картофель обжаривают до полуготовности. Обжаренное мясо и овощи кладут в сотейник слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют пассерованное томатное пюре, соль, перец и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5—10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист.

Отпускают жаркое вместе с бульоном и овощами, посыпая рубленой зеленью. Блюдо можно готовить без томатного пюре.

Температура подачи — 65 °С.

Требования к качеству. Цвет мяса темно-красный (с томатом), консистенция мягкая. Вкус и запах овощей и специй. Куски мяса нарезаны поперек волокон, сохранили форму нарезки. Овощи мягкие, цвет коричневый, форма нарезки сохранена.

Пищевая и энергетическая ценность блюда:

Категория	Выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
Ясли	100/50	17.3	7.58	14.33	194.69	11.5	0.84	0.1	0.56	17.52
Детсад	150/70	24.4	11.04	21.48	282.83	17.25	1.26	0.15	0.84	26.28
ГКП	100/50	17.3	7.58	14.33	194.69	11.5	0.84	0.1	0.56	17.52
*Сотруд	150/70	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Источники, используемые при составлении:

Министерство образования и науки Челябинской области "Организация питания детей в дошкольном образовательном учреждении" 2005г. под редакцией В.В. Садырина, составитель Г.Н. Панкратова;

Заведующая