|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | УТВЕРЖДАЮ: | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Директор | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Тип довольствующихся:** | | | | | | **Учащиеся от 12лет и старше 25%** | | | | | | |
| **Технологическая карта №** | | | | | | 122 | | | | | | |
| **Наименование изделия:** | | | | | | Мясо отварное (без соли) | | | | | | |
| **Номер рецептуры:** | | | | | | 3 | | | | | | |
| **Наименование сборника рецептур:** | | | | | | Сборник рецептур диетических блюд, кулинарных изделий, полуфабрикатов. И, И, Зинец, Ростов, Феникс, 2010 год, 320с,. | | | | | | |
| **Наименование сырья** | | | | | | **Расход сырья и полуфабрикатов** | | | | | |  |
| **1 порция** | | | | | |  |
| брутто, г | | | нетто, г | | |  |
| Говядина (мякоть замороженая) | | | | | | 178 | | | 162 | | |  |
| Морковь, красная | | | | | | 5,33 | | | 5,33 | | |  |
| Лук репчатый | | | | | | 5,33 | | | 5,33 | | |  |
| Петрушка (корень) | | | | | | 4 | | | 4 | | |  |
| Выход: | | | | | |  | | | 100 | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Химический состав данного блюда: | | | | | | | | | | | | |
| ***Пищевые вещества*** | | | | | | | | | | | | |
| ***Белки, г*** | | | ***Жиры, г*** | | | ***Углеводы, г*** | | | ***Энерг. ценность, ккал*** | | | |
| 23,17 | | | 15,10 | | | 1,20 | | | 233,08 | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Технология приготовления: | | | | | | | | | | | | |
| Отварное мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят в этом же бульоне при температуре 50—60 °С в закрытой посуде. Мясо гарнируют и поливают бульоном. | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Органолептические показатели качества: | | | | | | | | | | | | |
| Отварное мясо нарезано ломтиками поперек волокон. Консистенция мягкая, нежная, сочная. Цвет от серого до темно - серого. Вкус, свойственный мясу, умеренно соленый. Запах мяса, с ароматом кореньев и лука. Температура подачи: не менее 65 °С..Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления | | | | | | | | | | | | |
| Вид обработки: | | | Варка | | | | | | | | | |