



Тефтели мясо-крупяные № 108

Наименование блюда: **Тефтели мясо-крупяные**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 108

Вид обработки: **Тушение**

Наименование сборника рецептов: *Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях под ред. М. П. Могильного и В. А. Тютельяна*

Рецептура (раскладка продуктов) на 140 грамм нетто/на 110 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина	104,58	95,2	82,17	74,8
Рис	16,8	16,8	13,2	13,2
Лук	14	11,76	11	9,24
Яйцо	7	7	5,5	5,5
Соль пищевая йодированная	0,5	0,5	0,4	0,4
~ Масса рисовой рассыпчатой каши	-	47,04	-	36,96
~ Масса п/фабриката	-	156,8	-	123,2

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 140 грамм блюда	Содержание питательных веществ на 110 грамм блюда
Белки, г	17,696	13,904
Жиры, г	13,286	10,439
Углеводы, г	9,058	7,117
Калорийность, ккал	236,22	185,603
В1, мг	0,07	0,055
В2, мг	0,68	0,132
С, мг	1,12	0,88
Са, мг	12,642	9,933
Fe, мг	2,786	2,189

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Мясо, зачищенное от грубой соединительной ткани, пропускают через мясорубку. Рис отваривают. Мясной фарш соединяют с рисом, мелко нарезанным луком и сырым яйцом, перемешивают и формируют тефтели в виде шариков по 2-3 штуки на порцию, кладут в посуду, заливают водой и тушат 15-20 минут. Гарниры: картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные, тушеные. Соус молочный (для подачи к блюду).

Требования к качеству

Внешний вид: тефтели круглой формы, не развалившиеся, сочные

Консистенция: в меру плотная, сочная

Цвет: поверхность - серовато-кремовая;

Вкус: свойственные тушеному мясу

Запах: свойственные тушеному мясу