

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ  
Детский сад № 4 «Светлячок»  
Дючкова А.Н.  
21.03.2017г. приказ № 65

## Жаркое по-домашнему № 276а

Наименование блюда: **Жаркое по-домашнему**  
Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 276а  
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. Тутельяна*

### Рецептура (раскладка продуктов) на 200 грамм нетто/на 140 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина	100	73,6	70	51,52
Картофель	218,2	162,78	152,74	113,95
Лук	11,82	10	8,27	7
Масло сливочное	5,46	5,46	3,82	3,82
Морковь	11,82	10	8,27	7
Соль пищевая йодированная	1	1	0,7	0,7

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

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 200 грамм блюда	Содержание питательных веществ на 140 грамм блюда
Белки, г	24,48	17,136
Жиры, г	6,28	4,396
Углеводы, г	21,76	15,232
Калорийность, ккал	241,18	168,826
В1, мг	0,2	0,14
0,21В2, мг	0,3	0,21
С, мг	8,54	5,978
Са, мг	28,24	19,768
Fe, мг	3,58	2,506

### Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

#### **Технология приготовления**

Овощи нарезают дольками и слегка запекают. Мясо отваривают и нарезают мелкими кусочками. Отварное мясо и овощи кладут в посуду слоями, добавляют масло сливочное, томатное пюре (для второй возрастной группы), соль и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 мин до окончания тушения можно добавить лавровый лист. Отпускают вместе с бульоном и гарниром, с которым тушилось мясо.

#### Требования к качеству

**Внешний вид:** кусочки мяса одинаково нарезаны, овощи сохранили форму нарезки

**Консистенция:** мяса - сочная, мягкая; овощей - мягкая

**Цвет:** мяса - серый, свойственный овощам и соусу

**Вкус:** свойственный продуктам, входящим в блюдо

**Запах:** свойственный продуктам, входящим в блюдо