|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | "УТВЕРЖДАЮ"  Директор ООО «ВИТА-ЛАЙН»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.А.Бочаров/  15.07.2025 г. | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 28** | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Наименование изделия: | | | **МЯСО, ТУШЕННОЕ С КАПУСТОЙ** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Номер рецептуры: | | **28** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование сборника рецептур: | | | | | **Акт проработки на основе Сборника методических рекомендаций по** **организации питания детей и подростков в учреждениях** **образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.** | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | | |  | |  | |  |  | | |
| **Наименование сырья** | | | | | | | | | | | | **Расход сырья и полуфабрикатов** | | | | | | | |
| **1 порц.** | | | | **100 порц.** | | | |
| **брутто, г** | | **нетто, г** | | **брутто, кг** | **нетто, кг** | | |
| СВИНИНА МЯСНАЯ | | | | | | | | | | | | 108,9 | | 98,0 | | 10,89 | 9,8 | | |
| ИЛИ ГОВЯДИНА Б/К | | | | | | | | | | | | 117,6 | | 105,84 | | 11,76 | 10,58 | | |
| ИЛИ БЕДРО КУРИНОЕ Б/К | | | | | | | | | | | | 120,8 | | 96,64 | | 12,08 | 9,66 | | |
| **Масса готового п/ф** | | | | | | | | | | | |  | | **66** | |  | **6,6** | | |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | | | | | | | | | | 5,3 | | 5,3 | | 0,53 | 0,53 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | | | | | | | | | 19,05 | | 16 | | 1,9 | 1,6 | | |
| **КАПУСТА ТУШЕНАЯ** | | | | | | | | | | | |  | | **134** | |  | **13,4** | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | | | | | | | | | 1,3 | | 1,3 | | 0,13 | 0,13 | | |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | | | | | | | | | | | | 187,9 | | 150,3 | | 18,8 | 15,0 | | |
| ЛИМОННАЯ КИСЛОТА | | | | | | | | | | | | 0,4 | | 0,4 | | 0,04 | 0,04 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | | | | | | | | | 6,9 | | 6,9 | | 0,69 | 0,69 | | |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | | | | | | | | | | 3,2 | | 3,2 | | 0,32 | 0,32 | | |
| МОРКОВЬ | | | | | | | | | | | | 4,3 | | 3,2 | | 0,43 | 0,32 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | | | | | | | | | 6,3 | | 5,3 | | 0,63 | 0,53 | | |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | | | | | | | | | | | | 0,05 | | 0,05 | | 0,005 | 0,005 | | |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | | | | | | | | | | | | 2,1 | | 2,1 | | 0,21 | 0,21 | | |
| САХАР ПЕСОК | | | | | | | | | | | | 0,7 | | 0,7 | | 0,07 | 0,07 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | | | | | | | | | 45,3 | | 45,3 | | 4,53 | 4,53 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | | | | | | | | | 4 | | 4 | | 0,4 | 0,4 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | | | | | | | | | 0,7 | | 0,7 | | 0,07 | 0,07 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | | | | | | | | | 4 | | 4 | | 0,4 | 0,4 | | |
| **Выход: 200** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:*** | | | | | | | | | | | | | |  |  |  |  |  |  |
| Белки, г | | | | 17,42 | |  | В1, мг | 0,47 | |  | Са, мг | | 93,71 | |  |  |  |  |  |
| Жиры, г | | | | 18,12 | |  | С, мг | 29,56 | |  | Mg, мг | | 53,90 | |  |  |  |  |  |
| Углеводы, г | | | | 40,95 | |  | А, мг | 0,12 | |  | Р, мг | | 223,44 | |  |  |  |  |  |
| Энергетическая ценность, ккал | | | | 340,06 | |  | E, мг | 4,18 | |  | Fе, мг | | 3,52 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  | Д, мкг | 0,06 | |  | К, мг | | 745,79 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  | В2, мг | 0,19 | |  | I, мкг | | 14,13 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  |  |  | |  | F, мг | | 0,09 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  |  |  | |  | Se, мг | | 0,00 | |  |  |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ***Технология приготовления:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| Мясо нарезают на кусочки массой 20-30 г, соединяют со слегка пассированным луком, нарезанным мелкими кубиками, и еще тушат 10-15 мин. Добавляют воду (30 г на одну порцию), мелко нарезанные помидоры, закрывают крышкой и тушат 20-25 мин. Затем добавляют капусту тушеную и тушат до готовности.  Капуста тушеная  Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), сливочное масло, пассированную разведенную водой (в соотношении 1:1) томатную пасту и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.  Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 мин. | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ***Правила оформления, подачи блюд:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| • Внешний вид — на тарелке уложено мясо с капустой, тушенной в соусе;  • цвет мяса — от светло-коричневого до коричневого, капусты и овощей — натуральный;  • вкус, запах — характерный для тушеных мяса и капусты, с ароматом лука и специй, умеренно соленый, острый;  • консистенция мяса и капусты — сочная, мягкая.  Технолог по питанию Т.В.Русинова | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |