

"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор ООО «ВИТА-ЛАЙН»
 /С.А.Бочаров/
 15.07.2025 г.



ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 25

Наименование изделия: **КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ**

Номер рецептуры: **25**

Наименование сборника рецептов: **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	81,7	73,5	8,17	7,35
ИЛИ КУРИНОЕ БЕДРО Б/К	105,0	72,5	10,5	7,25
ИЛИ ГОВЯДИНА Б/К	88,2	79,4	8,8	7,94
Масса готового мяса		50		5,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,4	0,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,29	12	1,43	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0,13	0,13
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	145	121	14,5	12,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,4	0,4	0,04	0,04
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,1	5,1	0,51	0,51
МОРКОВЬ	4,27	3,2	0,427	0,32
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,2	5,1	0,62	0,51
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,04	0,04	0,004	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,1	4,1	0,41	0,41
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0,07	0,07
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3	1,43	1,43
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,05	0,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,2	0,2
Масса сырого п/ф		173,2		17,3
Масса готовой капусты				
Выход: 150				

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	12,00	В1, мг	0,26	Са, мг	84,76
Жиры, г	12,68	С, мг	28,95	Mg, мг	40,90
Углеводы, г	29,23	А, мг	0,11	Р, мг	140,80
Энергетическая ценность, ккал	293,54	Е, мг	3,74	Fe, мг	2,60
		Д, мкг	0,09	К, мг	553,13
		В2, мг	0,14	І, мкг	9,83
				F, мг	0,04
				Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Говядину или свинину, или куриное бедро б/к нарезают на кусочки массой 20-30 г, соединяют со слегка пассированным луком, нарезанным мелкими кубиками и тушат 10-15 мин. Добавляют воду (30 г на одну порцию), томатную пасту, закрывают крышкой и тушат 20-25 мин. Затем добавляют капусту нарезанную соломкой 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 пассированные 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.

Правила оформления, подачи блюд: Отпускают мясо вместе с соусом и овощами. Оптимальная температура подачи 65° С

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