



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

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 16

Наименование
изделия:

ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С МЯСОМ

Номер

16

рецептуры:

Наименование сборника
рецептур:

Акт проработки на основе Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.- 584с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
СВИНИНА МЯСНАЯ	130,7	117,6	13,07	11,76
ИЛИ ГОВЯДИНА Б/К	141	127	14,1	12,7
ИЛИ БЕДРО КУР Б/К	131	105,1	13,1	10,5
Масса п/ф готового		80		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,1	14,4	1,71	1,44
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0,32	0,32
ТОМАТНАЯ ПАСТА	8	8	0,8	0,8
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	16	12	1,6	1,2
с 01.09 по 31.12	15	12	1,5	1,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	3,2	3,2	0,32	0,32
ЧЕСНОК	4	3,1	0,4	0,31
СПЕЦИИ (хмели-сунели)	0,5	0,5	0,05	0,05
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	66,2	66,2	6,62	6,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99,4	99,4	9,94	9,94
СОЛЬ	1	1	0,1	0,1
Выход:	240			

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	12,98	В1, мг	0,27	Са, мг	19,30
Жиры, г	18,45	С, мг	1,86	Mg, мг	67,94
Углеводы, г	40,12	А, мг	0,18	Р, мг	154,18
Энергетическая ценность, ккал	371,34	Е, мг	2,89	Fe, мг	2,74
		Д, мкг	0,03	К, мг	346,15
		В2, мг	0,12	І, мкг	5,56
				F, мг	0,04
				Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Мясо промыть, просушить и нарезать кубиками одинакового размера. Лук нашинковать кубиками, морковь натереть на терке среднего размера. Чеснок пропустить через пресс.

В глубокой кастрюле или сковороде с высокими, толстыми стенками разогреть масло. Обжаривать мясо, лук, морковь и чеснок, постоянно помешивая (до мягкости) в конце тушения добавить томатную пасту.

В кастрюлю с мясом влить воду, перемешать и накрыть крышкой. Тушить на среднем огне еще 10 минут. Гречку, предварительно подготовив, отправить к мясу вместе с солью, и специями.

Тушить гречку с мясом под крышкой 40 минут, не перемешивая, так гречка получится более рассыпчатой и не превратится в кашу.

Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи +65 С

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: Каша уложена горкой, сохраняет форму, видны кусочки тушеного мяса

Консистенция: мягкая, однородная, рыхлая

Цвет: соответствует виду каши, мясо - серовато-темного цвета

Вкус: характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов

Запах: характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов

Технолог по питанию

Т.В.Русинова