



УТВЕРЖДЕНА

Заведующий МАДОУ № 23

Б.Г. Дремлюженко

Приказ от 01.02.2022г. № 70-од

Технологическая карта № 20

Наименование кулинарного изделия (блюда): «Плов из мяса говядины»

Номер рецептуры: 321

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельяна – Москва ДеЛи плюс, 2016г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
	если	если	сад	сад
Мясо говядины	55	55	75	75
Масло сливочное	4	4	4	4
Масло растительное	2	2	2	2
Морковь	20	15	20	15
Лук репчатый	15	11	15	11
Крупа рисовая	30	30	40	40
ВЫХОД:		150,0		180,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
				В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
20,3	17,0	35,69	377	0,06	1,01	48	45,1	199,3	47,5	2,19

Технология приготовления: Овощи перебирают, отбрасывают загнившие, побитые экземпляры, затем тщательно промывают под проточной водой от земли и песка, после чего очищают. При очистке овощей снимают кожу тонким слоем, так как верхний слой более богат витаминами. После очистки овощи повторно промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дурилаггов, сеток. Овощи очищают непосредственно перед их употреблением. Нарезанные овощи должны сразу же подвергаться тепловой обработке, иначе в них происходит разрушение витаминов, потеря минеральных солей, крахмала, т.е. снижение пищевой ценности. Морковь и репчатый лук мелко шинкуют и припускают на растительном масле. Для приготовления блюда используют охлажденное мясо говядины. Подготовка мяса производится в условиях мясного цеха: куски мяса моют в ванне с теплой проточной водой. Для мытья используют воду с температурой от 20 до 38⁰С, в конце мойки куски мяса охлаждают водой температурой 12-15⁰С, а затем обсушивают на разделочных столах. Мясо говядины нарезать на кусочки по 20-30 грамм, слегка обжарить и тушить до полуготовности. Мясо и овощи соединить, залить водой, довести до кипения и высыпать перебранный, промытый рис, сливочное масло, соль и варить до полуготовности. После того, как рис впитает всю жидкость посуду, закрывают крышкой и держат на медленном огне 30-40 минут до готовности. Отпускают равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами.

Температура подачи: 65±5⁰С.

Требования к качеству:

Внешний вид: мясо – протушено, не подгорело, рис - рассыпчатый

Консистенция: мяса и риса - мягкая

Цвет: мяса – серый, риса и овощей - от светлого до темно оранжевого.

Вкус: тушеного мяса, риса и овощей, умеренно соленый

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.