



УТВЕРЖДЕНА
Заведующий МАДОУ № 23
О.Г. Дремлюженко
Приказ от 01.02.2022г. № 70-од

Технологическая карта № 35

Наименование кулинарного изделия (блюда): «Зразы из мяса говядины с яйцом»

Номер рецептуры: 312/367 (соус томатный с овощами)

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
	ясли	ясли	сад	сад
Мясо говядины	55	55	75	75
Хлеб пшеничный	5	5	10	10
Масло растительное	2	2	2	2
Лук репчатый	10	8	10	8
Яйцо в фарш	1/6 шт (0,167)	7	1/6 шт (0,167)	7
Яйцо	½ шт (0,5)	20	½ шт (0,5)	20
ВЫХОД:		75,0		100,0
Соус томатный с овощами:				
Томатная паста	5	5	5	5
Морковь	10	6	15	11
Масло сливочное	2	2	2	2
Вода	30	30	30	30
ВЫХОД:		30,0		30,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
				В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
Зраза из мяса говядины:											
9,62	7,81	7,42	138	0,06	2,45	33	24,2	108,8	20,1	1,13	
Соус томатный с овощами:											
0,44	2,15	3,82	36,33	0,01	0,72	12,61	7,16	11,13	5,6	0,19	

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 дуршлагов, 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. Перед употреблением яйца сначала промывают, а затем промывают тёплой водой с 1-2 %-м содержанием кальцинированной соды, затем 0,5 %-м раствором хлорамина, после чего ополаскивают чистой водой.

Подготовленные овощи моркови и лука режут мелкими кубиками. Морковь и лук слегка пассеруют или припускают. Затем соединяют с томатной пастой и водой, варят 10-15 минут. В конце приготовления соус заправляют сливочным маслом.

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 38 °С, в конце мойки куски мяса охлаждают водой температурой 12-15 °С, а затем обсушивают на разделочных столах.

Котлетную мясную массу готовят по следующей технологии: говядину пропускают через мясорубку, добавляют замоченный в воде и отжатый хлеб, обработанные яйца, тщательно перемешивают (выбивают). Подготовленные яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 литра воды и 40-50 грамм соли на 10 яиц) и варят вкрутую 10 мин с момента закипания. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду, после охлаждения очищают от скорлупы. Котлетную массу формируют в виде лепешки толщиной в 1 см, на середину которой кладут измельченные вареные яйца. После этого края лепешек соединяют, придавая им овально-приплюснутую форму. Подготовленные изделия кладут швом вниз на противень, смазанный растительным маслом, и запекают при температуре 200-220 °С - 12-15 мин, за 5 минут до готовности зразы поливают томатным соусом с овощами и протушивают в духовом шкафу при температуре 200-220 °С.

Температура подачи: 65±5°С.

Требования к качеству:

Внешний вид: форма зраз – овально-приплюснутая с заостренным концом, залитые томатным соусом с овощами, сбоку уложен гарнир.

Консистенция: сочная, пышная, однородная

Цвет: корочки – коричневый, на разрезе – светло-серый

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.