



УТВЕРЖДЕНА

Заведующий МБДОУ № 26

О.Г. Дремлюженко

Приказ от 11.01.2021г. № 31-ОД

### Технологическая карта № 84

Наименование кулинарного изделия (блюда): **«Икра овощная тушеная из свежих овощей»**

Номер рецептуры: 56

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
	сад	сад
Свекла	140	112
Лук репчатый	10	8,4
Морковь	50	38
Томатная паста	5	5
Растительное масло	5	5
<b>ВЫХОД:</b>		146

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
1,64	5,21	12,07	89,46	0,02	8,00	-	28,92	32,78	16,72	1,06

**Технология приготовления:** Овощи перебирают, отбрасывают загнившие, побитые экземпляры, затем тщательно промывают под холодной 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 хранят без воды. 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.

Неочищенную (промытую) свеклу отваривают до готовности, очищают от кожицы и измельчают. Лук и морковь шинкуют и пассеруют, в конце пассерованные добавляют томатную пасту. Свеклу соединяют с пассерованными овощами, добавляют соль, растительное масло, протушивают в течение 5-10 мин и охлаждают.

**Температура подачи:** +15.....+20°С.

**Требования к качеству:**

Внешний вид: икра имеет однородную консистенцию, все компоненты равномерно перемешаны.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: продуктов, входящих в блюдо.

Вкус: продуктов, входящих в блюдо.

Запах: продуктов, входящих в блюдо.