

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-16м**Наименование изделия:**Тефтели из говядины с рисом**Номер рецептуры:**54-16м**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	10.0	10.0	0.66	0.09	6.73	30.4
2	Масло подсолнечное	4.0	4.0	0.00	3.52	0.00	31.6
3	Молоко 2.5% м.д.ж	14.0	14.0	0.38	0.31	0.61	6.7
4	Говядина 1 категории	85.9	76.0	13.29	10.70	0.00	149.5
5	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7
6	Соль поваренная йодированная	0.6	0.6	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	14.46	14.64	8.09	221.9

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	D, мкг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.	F, мг.
1	Крупа рисовая	0.01	0.00	0.00	0.00	0	1	8	1	4	13	0.1	0.14	1.3	5.00
2	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.00	0.0	0.00
3	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.02	1.85	0.00	0	5	17	15	2	11	0	1.26	0.2	2.80
4	Говядина 1 категории	0.03	0.09	0.00	0.00	0	38	206	6	15	124	1.8	5.47	0.0	47.88
5	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	15	3	1	5	0.1	0.30	0.0	3.10
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	167	0	2	0	0	0	22.67	0.0	0.00
Итого		0.04	0.11	1.85	0	0	211	246	27	22	153	2	29.84	1.5	58.78

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Рис перебирают и промывают, варят рассыпчатую кашу. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, нарезают кубиками бланшируют и пассеруют на масле. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, измельчают на мясорубке дважды. В измельченное мясо добавляют воду, пассерованный лук, рис, соль, перемешивают. Разделявают на шарики. Шарики панируют в муке, запекают на противне до образования легкой корочки, заливают молочным безглютеновым соусом (54-бсоус-2020) из расчета 20

грамм соуса на 60 грамм блюда и тушат в жарочном шкафу при температуре 160-200 градусов Цельсия 10-15 минут. Отпускают тефтели с соусом, в котором они тушились. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - тефтели сохранили форму; консистенция - сочная; цвет, запах и вкус – мясной.