

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-9м****Наименование изделия:**Жаркое по-домашнему**Номер рецептуры:**54-9м**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	Картофель 01.09-31.10	141.2	103.8	1.95	0.37	15.40	72.7
3	Картофель 31.10-31.12	150.5					
5	Картофель 31.12-28.02	160.9					
7	Картофель 29.02-01.09	174.4					
9	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.5	6.5	0.05	4.15	0.08	37.8
10	Говядина 1 категории	114.1	101.0	17.66	14.22	0.00	198.6
11	Томатное пюре	6.5	6.5	0.22	0.00	0.70	3.7
12	Лук репчатый	17.2	13.8	0.18	0.02	1.03	5.1
13	Соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0
14	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.1
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>20.06</b>	<b>18.76</b>	<b>17.22</b>	<b>318</b>

**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	Картофель	0.09	0.06	1.87	0.00	8	4	489	9	21	52	0.8	5.19	0.2	31.14
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	17.55	0.08	0	1	2	1	0	2	0	0.00	0.1	0.18
3	Говядина 1 категории	0.04	0.12	0.00	0.00	0	50	273	8	19	165	2.4	7.27	0.0	63.63
4	Томатное пюре	0.00	0.00	7.80	0.00	1	0	36	1	3	4	0.1	0.00	0.0	0.00
5	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.00	1	0	20	4	2	7	0.1	0.41	0.1	4.28
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	235	0	3	0	1	0	32.00	0.0	0.00
7	Лавровый лист	0.00	0.00	0.05	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.00	0.0	0.00
<b>Итого</b>		<b>0.13</b>	<b>0.19</b>	<b>27.27</b>	<b>0.08</b>	<b>10</b>	<b>290</b>	<b>820</b>	<b>26</b>	<b>45</b>	<b>231</b>	<b>3.4</b>	<b>44.87</b>	<b>0.4</b>	<b>99.23</b>

**Способ обработки:**Тушение**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают,

повторно промывают, нарезают кубиками, бланшируют, пассеруют с добавлением масла сливочного. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, поперек волокон порционно из расчета по 2 куска на порцию, массой по 30-40 г, мясо запекают до образования легкой румяной корочки. Запеченное мясо и овощи кладут в электросковороду слоями, чтобы сверху и снизу мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль и воду (продукты должны быть покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

#### **Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - кусочки мяса и овощи сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус и запах - свойственный тушеному мясу и овощам.