

ООО «Кировский комбинат
школьного питания»
44 30 91 г Самара, ул пр
Карла-Маркса, 412



Технико-Технологическая карта №149/2

« Голубцы ленивые из птицы. Соус сметанный»

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях- 2012г, ДеЛи-принт. Рецептура №298 стр 265, №354 стр295. Акт контрольной проработки от 03.05.2018г.

Наименование продуктов, полуфабрикатов.	Масса гр. на одну порцию					
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста свежая белокочанная	90	72	105	84	121	96
Цыплята бройлерные потрашенные	65,1	45	76	52,5	86,8	60
Крупа рисовая	6	17 (готовый рассыпчатый рис)	7	20 (готовый рассыпчатый рис)	8	23 (готовый рассыпчатый рис)
Лук репчатый	12	10	14	11,7	16	13
Масло сливочное	3	3	3,5	3,5	4	4
<i>Масса припущенного лука с маслом</i>	-	10	-	12	-	14
Яйца	4	4	4,7	4,7	5	5
Соль	1,2	1,2	1,4	1,4	1,6	1,6
Масса полуфабриката	-	145	-	169	-	193
<i>Масса тушеных голубцов</i>	-	120	-	140	-	160
Соус сметанный №354:						
Сметана	3,8	3,8	3,8	3,8	7,5	7,5
Мука пшеничная	1,1	1,1	1,1	1,1	2,25	2,25
Вода или отвар	11,3	11,3	11,3	11,3	22,5	22,5
Соль	0,12	0,12	0,12	0,12	0,24	0,24
<i>Масса белого соуса:</i>	-	15	-	15	-	30
Выход	-	135	-	155	-	190

Технология приготовления.

Отделенную от костей мякоть птицы нарезают на кусочки и пропускают через мясорубку. При повторном измельчении добавляют ошпаренную кипятком (15 минут), нашинкованную свежую белокочанную капусту. В подготовленный мясо-капустный фарш вводят мелко рубленный припущенный лук, рассыпчатый готовый рис, яйца, соль, и перемешивают. Из полученной массы формируют голубцы, придавая изделиям цилиндрическую форму. Голубцы кладут на смазанный маслом противень, заливают соусом с добавлением воды (10-20 г на порцию) и запекают в жарочном шкафу 15-20 минут при температуре 220-250°C. Отпускают с соусом сметанным или томатным.

Соус сметанный. Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремоватого цвета, не допуская пригорания. В подготовленную муку, охлажденную до 60-70°C выливают ¼ часть горячей воды или отвара и вымешивают. Для приготовления соуса

сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 минут, процеживают и снова доводят до кипения.

Соус томатный №348: Просеянную муку просушивают в жарочном шкафу до слегка кремоватого цвета, не допуская пригорания, периодически помешивая для удаления комочков. Правильно спассерованная мука должна иметь кремовый цвет. Муку охлаждают до 60-70°C, используя четвертую часть горячей жидкости и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся жидкость, доводят до кипения. Мелко нарезанные коренья, лук припускают, добавляют томатную пасту, продолжают тушение еще 15-20 мин. В соус кладут подготовленные тушеные овощи, и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют сахар и соль. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

Требования к качеству.

Внешний вид : порционные изделия уложенные на тарелку и политые соусом.

Консистенция : капусты-мягкая, фарша-сочная, нежная..

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: продуктов, входящих в блюдо.

Запах: продуктов, входящих в блюдо.

120гр

Пищевая и энергетическая ценность	Витамины	Минеральные вещества.
Б- 10,46	А- 44,25	Ca-46,85
Ж- 8,85	В1-0,062	Mg- 21,44
У- 8,51	В2-0,098	P- 109,4
Э.Ц- 155,6	С- 34,2	Fe- 1,32

140гр

Пищевая и энергетическая ценность	Витамины	Минеральные вещества.
Б- 12,2	А- 51,6	Ca-54,65
Ж- 10,33	В1-0,072	Mg- 25
У- 9,93	В2-0,11	P- 127,7
Э.Ц- 181,6	С- 40	Fe- 1,54

160гр

Пищевая и энергетическая ценность	Витамины	Минеральные вещества.
Б- 13,94	А- 59	Ca-62,46
Ж- 11,8	В1-0,082	Mg- 28,58
У- 11,35	В2-0,13	P- 145,9
Э.Ц- 207,5	С- 45,58	Fe- 1,76

120/15 гр с соусом томатным

Пищевая и энергетическая ценность	Витамины	Минеральные вещества.
Б- 10,64	А- 44,25	Ca-49,23
Ж- 9,48	В1-0,065	Mg- 21,44
У- 9,71	В2-0,1	P- 109,4

Э.Ц- 166,8	С- 34,55	Fe- 1,39
------------	----------	----------

140/15 гр с соусом томатным

Пищевая и энергетическая ценность	Витамины	Минеральные вещества.
Б- 12,38	А- 51,6	Ca-57
Ж- 10,96	В1-0,075	Mg- 25
У- 11,13	В2-0,11	P- 127,7
Э.Ц- 192,8	С- 40,4	Fe- 1,61

160/30 гр с соусом томатным

Пищевая и энергетическая ценность	Витамины	Минеральные вещества.
Б- 14,29	А- 59	Ca-67,22
Ж- 13,06	В1-0,088	Mg- 28,58
У- 13,75	В2-0,13	P- 145,9
Э.Ц- 239,7	С- 46,3	Fe- 1,9

120/15 гр с соусом сметанным

Пищевая и энергетическая ценность	Витамины	Минеральные вещества.
Б- 10,67	А- 49,3	Ca-50,9
Ж- 9,6	В1-0,065	Mg- 22,23
У- 9,39	В2-0,1	P- 112,8
Э.Ц- 166,7	С- 34,26	Fe- 1,35

140/15 гр с соусом сметанным

Пищевая и энергетическая ценность	Витамины	Минеральные вещества.
Б- 12,41	А- 56,67	Ca-58,75
Ж- 11,08	В1-0,075	Mg- 25,79
У- 10,81	В2-0,11	P- 131,1
Э.Ц- 192,7	С- 40	Fe- 1,57

160/30 гр с соусом сметанным

Пищевая и энергетическая ценность	Витамины	Минеральные вещества.
Б- 14,36	А- 69,1	Ca-70,65
Ж- 13,3	В1-0,088	Mg- 30,16
У- 13,11	В2-0,14	P- 152,7
Э.Ц- 229,7	С- 45,6	Fe- 1,82

Руководитель производства



Сапрыкина М. А