

УТВЕРЖДАЮ

Ч.А. Гайрабеков

подпись руков. организации

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 342

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рагу овощное (1-й вариант)

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях/М.П. Могильный, В.А. Тутельян

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Картофель	66.75	50	6675	5000
Морковь, красная	57	45.5	5700	4550
~ Масса готовой моркови	-	31	-	3100
Тыква	42.75	30	4275	3000
или Кабачок	44.75	30	4475	3000
Петрушка (корень)	12.75	9.5	1275	950
~ Масса готовой петрушки	-	6	-	600
Капуста цветная	49	25.5	4900	2550
~ Масса готовой капусты	-	23	-	2300
Горошек зеленый. Консервы	30.75	20	3075	2000
Лук репчатый	59.5	50	5950	5000
~ Масса готового лука	-	25	-	2500
-	-	75	-	7500
или Соус сметанный № 354	-	75	-	7500
или Соус сметанный № 367	-	75	-	7500
Масло сливочное	10	10	1000	1000
Выход: 250	-	-	-	-

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	4.7	Ca (мг)	66.4
Жиры (г):	10.18	Mg (мг)	53.33
Углеводы (г):	23.78	Fe (мг)	1.93
Эн. ценность (ккал):	205.5	C (мг)	16.95

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Нарезанные дольками или кубиками картофель, коренья (морковь, петрушка) и лук репчатый припускают. Цветную капусту разбирают на отдельные кочешки и варят. Затем картофель и овощи соединяют с томатным или сметанным соусом и тушат 10-15 минут. После этого добавляют нарезанную сырую тыкву или кабачки, очищенные от кожицы и семян, вареную цветную капусту и продолжают тушить 15-20 минут. За 10-15 минут до готовности кладут горошек зеленый консервированный. Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству Внешний вид: овощи в соусе, сохраняющие форму нарезки Консистенция: мягкая, сочная Цвет: соответствует овощам и соусу Вкус: соответствует входящим овощам и соусу, умеренно соленый Запах: тушеных овощей и продуктов, входящих в блюдо