

Технико-технологическая карта № 395п

Номер рецептуры: 395п

Наименование блюда : **Тефтели из говядины с гречкой ("ежики")**

| Код | Нормативный документ | Наименование сырья | Норма закладки на одну порцию, в гр. | | | | | |
|------------------|----------------------|------------------------------|--------------------------------------|-------|---------|-------|----------|-------|
| | | | Ясли | | Д/с | | *Сотрудн | |
| | | | брутто | нетто | брутто | нетто | брутто | нетто |
| 0 | ГОСТ | Говядина 1 кат | 70 | 55 | 85 | 70 | | |
| 508 | ГОСТ | Лук репчатый | 10 | 8 | 15 | 12 | | |
| 206 | ГОСТ | Крупа гречневая | 25 | 24 | 35 | 34 | | |
| 301 | ГОСТ | Яйцо куриное | 1/8 шт. | 4.8 | 1/8 шт. | 4.8 | | |
| 0 | ГОСТ | Молоко сухое цельное | 1 | 1 | 2 | 2 | | |
| 0 | ГОСТ | Сухари панировочные | 5 | 5 | 6 | 6 | | |
| 314 | ГОСТ | Масло растительное | 2 | 2 | 2 | 2 | | |
| | | Соус молочный к блюдам №444: | | 21 | | 27 | | |
| 508 | ГОСТ | Лук репчатый | 10 | 8 | 12 | 10 | | |
| 505 | ГОСТ | Морковь, красная | 5 | 3 | 7 | 5 | | |
| 306 | ГОСТ | Сметана 18% | 15 | 15 | 20 | 20 | | |
| 311 | ГОСТ | Масло сливочное | 2 | 2 | 3 | 3 | | |
| 107 | ГОСТ | Мука | 3 | 3 | 4 | 4 | | |
| 511 | ГОСТ | Чеснок | 1 | 1 | 1 | 1 | | |
| 303 | ГОСТ | Молоко | 15 | 15 | 17 | 17 | | |
| | | вода | 5 | 5 | 6 | 6 | | |
| | | масса готовых тефтелей | | 49 | | 63 | | |
| В Ы Х О Д | | | 110/50 | | 150/50 | | | |

Технология приготовления:

Гречневую крупу перебираю и варят, рассыпчатую гречневую кашу, остужают. Мясо, гречневую кашу, лук измельчают на мясорубке с двойной мелкой решеткой. В измельченную массу кладут сухое молоко, яйца, соль, воду, хорошо перемешивают, разделяют в виде шариков по 2 штуки на порцию. Шарики панируют укладывают на противень смазанный растительным маслом и запекают в жарочном шкафу при температуре 160-200 оС 30-35 минут. В полуготовые тефтели добавляют горячую воду и пропаривают до готовности.

Приготовление соуса :

Лук шинкуют мелкими кубиками, морковь на мелкой терке и пассеруют на сливочном масле. Затем добавляют в кипящее молоко, разведенную подсушенную без изменения цвета муку, сметану пассерованные овощи и варят при слабом кипении 7-10 минут. Добавляют йодированную соль, чеснок мелко нарезанный и доводят до готовности.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления

Пищевая и энергетическая ценность блюда:

| Категория | Выход | Пищевые вещества | | | | Минеральные вещества, мг | | Витамины, мг | | |
|-----------|--------|------------------|---------|-------------|-----------------------|--------------------------|------|--------------|------|------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал | Ca | Fe | B1 | B2 | C |
| Ясли | 110/50 | 16.02 | 16.96 | 22.68 | 307.8 | 63.38 | 3.56 | 0.17 | 0.21 | 2.15 |
| Д/с | 150/50 | 20.81 | 21.5 | 31.08 | 401.57 | 86.62 | 4.75 | 0.24 | 0.28 | 2.93 |

Источники, используемые при составлении:
Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и
детских оздоровительных учреждений

Утверждаю Заведующий



Н. О. Ощепкова