

Наименование дошкольной организации

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)
№ _____

Наименование изделия (блюда): ГОЛУБЦЫ ОВОЩНЫЕ

Наименование сборника рецептов:

Сборник технологических карт блюд и изделий для детей раннего и дошкольного возраста / Утв. Постановлением Министерства торговли Республики Беларусь 16.06.2015 № 18

Наименование сырья	Расход сырья на 1 порцию готовой продукции, г, мл.	
	Брутто	Нетто
Капуста белокочанная	114,4	91,5
Масса отварной капусты	-	84,0
Морковь: до 01.01	20,6	16,5
с 01.01	21,9	
Масса пассерованной моркови	-	15,0
Лук репчатый	21,4	18,0
Масса пассерованного лука	-	9,0
Яйца	-	6,0
Крупа рисовая	6,8	6,8
Масса отварного риса	-	19,0
Масло сливочное	7,5	7,5
Масса фарша	-	48,0
Масса полуфабриката	-	132,0
Соус сметанный	-	60,0
Сметана	20,0	20,0
Мука пшеничная	4,0	3,0
Вода	-	45,0
Выход готовой продукции	150	

Химический состав/пищевая ценность изделия (блюда) на порцию/выход:

	Белки, г			Жиры, г			Углеводы, г	Энергетическая ценность			
	всего	жив.	раст.	всего	жив.	раст.		кДж	ккал		
голубцы	3,79	1,21	2,58	9,76	9,57	0,18	13,31	682,54	163,81		
	Минеральные вещества, мг					Витамины, мг					
	К	Са	Mg	P	Fe	A	Каротин	B1	B2	PP	C
голубцы	363,98	59,68	25,81	79,03	0,76	0,05	1,80	0,08	0,09	0,87	14,37

Технология приготовления:

Морковь предварительно промывают, тщательно перебирают, очищают, затем повторно промывают проточной водой. Лук репчатый перебирают, очищают от кожицы, промывают проточной водой. Белокочанную капусту зачищают, промывают в проточной воде, выдерживают в 5% растворе поваренной соли в течение 10 минут, удаляют кочерыжку, отваривают в подсоленной воде до полуготовности, разбирают на отдельные листья, утолщенные части листьев слегка отбивают. Для **фарша**: рис отваривают до полуготовности в подсоленной воде. Морковь и лук пассеруют отдельно. В разогретое до температуры 130-140°C масло закладывают нарезанные овощи слоем 5-7 см и пассеруют при температуре не выше 110°C. Продолжительность пассерования лука 5-8 минут, моркови 10-15 минут. Яйца промывают сначала в 1%, а затем в 0,5% теплом (с температурой до 30°C) растворе кальцинированной или пищевой соды, ополаскивают в проточной воде, погружают в кипящую подсоленную воду (3 литра воды и 40-50 г соли на 10 яиц) и варят в течение 10 минут после закипания воды. Сразу после варки их помещают в холодную воду, охлаждают и очищают, мелко нарезают. Все подготовленные продукты перемешивают. Для приготовления соуса **сметанного** муку просеивают, слегка пассеруют без масла, охлаждают, разводят ее водой, вымешивают до образования однородной массы,вливают прокипяченную сметану, добавляют соль, лавровый лист и, помешивая, варят 3-5 мин, процеживают и доводят до кипения. На подготовленные листья капусты кладут фарш, завертывают в виде конверта. Голубцы укладывают на противень, обжаривают, заливают соусом сметанным и запекают до готовности. Подают вместе с соусом, в котором запекались. Оптимальная температура блюда при подаче +50град.С .

Срок годности и условия хранения: На мармите или горячей плите не более 2 часов.

Характеристика блюда на выходе: *внешний вид* - голубцы прямоугольной или квадратной формы, политы соусом; *цвет* - светло-коричневый с золотистым оттенком; *вкус и запах* - характерный для запеченной капусты, овощного фарша и соуса; *консистенция* - плотная в меру мягкая.

Утверждаю:

Подпись ответственного лица: _____