**Голубцы с мясом и рисом №297**

[[Программа Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)Наименование блюда: **Голубцы с мясом и рисом**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) **№297**

Вид обработки: **Тушение**

|  |
| --- |
| Вес блюда:  грамм |

*Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
| [Капуста белокочанная](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/12/18.php) | 75.62 | 60 |
| - | - | 55.62 |
| [Говядина](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/4/192.php) | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* |
| - | - | - |
| [Рис](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/9/19.php) | 5 | 13.75 |
| [Лук](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/12/4.php) | 10 | 8.12 |
| [Масло сливочное](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/7/9.php) | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* |
| - | - | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* |
| - | - | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* |
| - | - | [Детский сад: Питание](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)\* |

*Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):*

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН | Содержание питательных веществ на 100грамм блюда |
| Белки, г | 8.44 |
| Жиры, г | 5.32 |
| Углеводы, г | 12.52 |
| Калорийность, ккал | 131.67 |
| B1, мг | 0.05 |
| B2, мг | 0.08 |
| C, мг | 12.52 |
| Ca, мг | 35.92 |
| Fe, мг | 0.94 |

*Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети 1-3 лет (ясли) | Дети 3-7 лет (детский сад) |
| 8-10 часов | 120 | 160 |
| 12 часов | 120 | 160 |
| 24 часа | 120 | 160 |

*Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:*

|  |
| --- |
| Технология приготовления |
| Кочаны капусты кладут в горячую воду, предварительно вырезав из них кочерыгу, варят, периодически снимая с кочанов верхние сварившиеся листья. Их разравнивают, слегка отбивают. Фарш: сырое мясо дважды пропускают через мясорубку, добавляют мелко рубленный припущенный лук, рассыпчатый рис, соль и перемешивают. На лист капусты укладывают фарш и завертывают его, придавая изделию вид конверта. Голубцы кладут на смазанный маслом противень и запекают в жарочном шкафу 10-12 минут, заливают соусом с добавлением воды (10-20 г на порцию) и тушат 15-20 мин до готовности. Отпускают с соусом сметанным или сметанным с томатом. Требования к качеству Внешний вид: голубцы цилиндрической формы, уложенные на тарелку с соусом, в котором они тушились Консистенция: капусты - мягкая, фарша - сочная, нежная Цвет: светло-коричневый или оранжевый Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо |