**Утверждаю**

**Директор ООО «ХЕЛФ ФУД»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Крюкова Э.В.**

**«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г.**

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Плов из говядины**

Номер рецептуры: 265

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур

На продукцию для обучающихся во всех

образовательных учреждениях / Под ред.

М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.– М.: ДеЛи плюс, 2017,

стр. 217

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабриката | | | |
| 1 порция | | 1 порция | |
| Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Говядина б/к полуфабрикат | 79 | 79 | 79 | 79 |
| **Масса тушеного мяса** | - | **50** | - | **50** |
| Крупа рисовая | 58 | 58 | 51 | 51 |
| Масло растительное | 8,5 | 8,5 | 7,5 | 7,5 |
| Морковь до 1-го января | 17,5 | 14 | 15 | 12 |
| \*\*\* с 1-го января | 19 | 14 | 16 | 12 |
| Лук репчатый | 10 | 8,5 | 9 | 7,5 |
| Томатная паста | 4,25 | 4,25 | 4 | 4 |
| Соль | 1,5 | 1,5 | 1,3 | 1,3 |
| **Масса гарнира** | **-** | **170** | **-** | **150** |
| **Выход:** | **-** | **50/170** | **-** | **50/150** |

Химический состав данного блюда

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Выход, г | Пищевые вещества | | | | Минер. вещества, мг | | Витамины, мг | | |
| Белки, г | Жиры, г. | Углеводы, г | Энерг.  ценность,  ккал | Са | Fe | B1 | В2 | С |
| 50/170 | 24,2 | 24,7 | 38,2 | 472,2 | 20,9 | 3,85 | 0,09 | 0,08 | 1,9 |
| 50/150 | 22,0 | 22,45 | 34,7 | 429,3 | 19,0 | 3,5 | 0,08 | 0,07 | 1,72 |

Технология приготовления

Нарезанное кусочками по 20-30 г. мяса посыпают солью, обжаривают, добавляют слегка пассированные или припущенные с томатной пастой морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой (80 г), доводят до кипения, всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. Когда рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25-40 мин. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томатной пасты.

**Требования к оформлению, реализации, хранению**

Температура подачи блюда должна быть не менее 650С.

Срок реализации плова из говядины при хранении на мармите или горячей плите не более 2 часов с момента окончания технологического процесса.

Требования к качеству

Внешний вид: мясо нарезано кубиками (20-30 г), кусочки мяса целые, рис рассыпчатый.

Консистенция: мяса – мягкая, нежная, риса - мягкая

Цвет: мяса – серый, риса и овощей – от светло- до темно - оранжевого

Вкус: тушеного мяса, риса и овощей, умеренно соленый

Запах: тушеного мяса с ароматом риса и овощей