**Картофель, тушенный в соусе**

[](http://pbprog.ru/products/programs.php?SECTION_ID=123&ELEMENT_ID=409)Наименование блюда: **Картофель, тушенный в соусе**

Технологическая карта (кулинарный рецепт)

Вид обработки: **Тушение**

|  |
| --- |
| Вес блюда:  грамм  |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
| [Картофель](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/12/3.php) | 122.67 | 92 |
| [Масло растительное](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/10/8.php) | 5.33 | 5.33 |
| [Лук](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/12/4.php) | 5.33 | 4.67 |
| [Морковь](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup1/12/5.php) | 6.67 | 5.33 |
| [**Соус сметанный №354**](http://pbprog.ru/databases/fooddoup1/34/438.php) | - | 20 |
|   *ил***Соус сметанный на рисовой муке №367** | - | 20 |

*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 | 2.14 |
| Жиры, г | 5.93 |
| Углеводы, г | 15.53 |
| Калорийность, ккал | 124 |
| B1, мг | 0.09 |
| B2, мг | 0.06 |
| C, мг | 7.28 |
| Ca, мг | 17.2 |
| Fe, мг | 0.82 |

*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 | 100 | 150 |
|  |  |  |
|  |  |  |

*Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:*

|  |
| --- |
| Технология приготовления |
| Картофель и морковь, нарезанные дольками, слегка запекают в жарочном шкафу, лук припускают, соединяют с овощами, заливают сметанным соусом и тушат до готовности. Требования к качеству Внешний вид: овощи сохраняют форму, равномерно распределены в соусе Консистенция: сочная Цвет: продуктов, входящих в блюдо Вкус: умеренно соленый Запах: картофеля, овощей, соуса сметанного |