

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ  
«МУРМАНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ»

## **Письменная экзаменационная работа**

**по теме: Организация  
профессиональной деятельности  
повара с разработкой технологии  
приготовления и оформления блюда  
«Бефстроганов»**

**Выпускника: Галимов Л.А., гр.32,  
профессия “Повар, кондитер”**

# **Значение мяса в питании человека**

**Мясо содержит много полноценных белков – 14,5 – 23%, жира – от 2 до 37, минеральных веществ – 0,5 – 1,3% (из них наиболее ценные соли фосфора, кальция, натрия, магния и железа).**

**В мясе имеются витамины  
А, D, РР и группы В.**

# Технологическая карта

<b>Наименование блюда: Бефстроганов</b> Рецептура 598 / III СБР 1983 г. <b>Наименование продуктов</b>	<b>Закладка на 1 порцию</b>	
	<b>Брутто, г</b>	<b>Нетто, г</b>
<b>Говядина (вырезка, толстый и тонкий края, верхний и внутренний куски тазобедренной части)</b>	<b>107</b>	<b>79</b>
<b>или телятина (корейка, тазобедренная часть, лопаточная часть)</b>	<b>120</b>	<b>79</b>
<b>Лук репчатый</b>	<b>29</b>	<b>24</b>
<b>Масло растительное</b>	<b>7</b>	<b>7</b>
<b>Масса лука пассированного</b>	<b>-</b>	<b>12</b>
<b>Мука пшеничная</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
<b>Сметана</b>	<b>20</b>	<b>20</b>
<b>Кетчуп</b>	<b>3</b>	<b>3</b>
<b>Масса жареного мяса</b>	<b>—</b>	<b>50</b>
<b>Масса соуса и пассированного лука</b>	<b>—</b>	<b>50</b>
<b>Гарнир</b>	<b>—</b>	<b>150</b>
<b>Выход</b>	<b>—</b>	<b>250</b>

# **Условия и сроки реализации**

**Блюдо готовят по мере спроса,  
Разрешается хранить на мармите не более  
2 часов. Температура подачи не ниже 65 °С**

**Гарниры — картофель отварной,  
картофель жареный (из вареного),  
картофель жареный (из сырого);  
картофель, жаренный во фритюре,  
крокеты картофельные, сложный гарнир**

# Требования к качеству блюда

**Внешний вид** - в баранчике уложены горкой равномерно обжаренные брусочки мяса с луком, залитые сметанным соусом. Равномерно обжаренные ломтики картофеля уложены отдельно или рядом с мясом.

**Цвет мяса** — серовато-коричневый, соуса - розоватый.

**Консистенция** – мягкая, сочная, без грубых пленок и сухожилий.

**Вкус и запах** – свойственные данному виду жареного мяса с привкусом сметаны, пассерованного лука и соуса «Южный».

**Разработка технологии  
приготовления и  
оформления блюд с  
использованием местного и  
доступного сырья**

# Оленина по-строговоvски



# Оленина по-строговоvски

Наименование сырья	Масса нетто, г
Оленина (корейка и вырезка)	100
Лук репчатый	80
Жир	5
Брусника	10
Масса мяса с луком	140
Гарнир (картофельное пюре)	120
Зелень петрушки	2
Соус брусничный	50
Брусника	15
Сахар	15
Вода	40
<b>Выход:</b>	<b>312</b>

# **Организация рабочего места и техника безопасности**

**Приготовление блюда «Бефстроганов с овощным гарниром» осуществляется в мясном и горячем цехах, гарнира - в овощном и горячем.**

**При работе следует соблюдать правила техники безопасности и санитарно-гигиенические правила.**

**Повар – это профессия  
творческая!**

**Спасибо за  
внимание!**