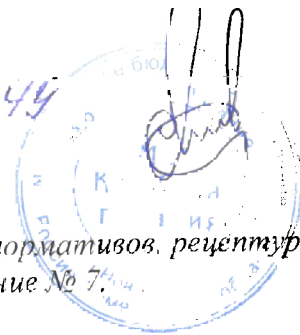


14.04.21г.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 44

Наименование блюда: **«РЫБА ЗАПЕЧЁНАЯ»**

Номер рецептуры: 339

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд, г. Пермь 2013г, издание № 7.

Область применения: ДОУ

Наименование сырья и продуктов	Массовая доля сухих веществ, г	Расход сырья и продуктов на одну порцию, г			
		До 3-х лет		С 3-х лет	
		БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
1. Минтай, потрошенн. без головы	12,31/14,44	97	68	114	79,6
или					
Горбуша, потрошенная с головой		103	72	120	84
2. Мука пшеничная в/с	3,44/3,44	4	4	4	4
3. Масло растительное	2,99/2,99	3	3	3	3
или					
Масло сливочное 72,5% жирность		3	3	3	3
<b>Масса запечённой рыбы:</b>		-	<b>60</b>	-	<b>70</b>
<b>Всего сухих веществ:</b>	<b>18,74/20,87</b>				
<b>Выход:</b>		-	<b>60</b>	-	<b>70</b>

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Рыбу размораживают, промывают, разделяют на филе с кожей без костей. Подготовленную рыбу нарезают на порционные куски под углом 90°, солят, панируют в муке, (муку предварительно просеивают), укладывают на противень, смазанный маслом и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C в течение 20-25 минут.

**Приготовление в пароконвектомате:**

Подготовленную рыбу укладывают в гастроёмкость, смазанную маслом и запекают в режиме «Пароконвекция» при температуре 160-170°C в течение 10-12 минут, можно использовать «Жар». (Предварительный прогрев камеры пароконвектомата до температуры на 20-30°C выше рекомендуемой).  
Температура подачи +60...+65°C.

## ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

Органолептические показатели качества:

Внешний вид - рыба сохранила свою форму.

Цвет - рыба покрыта слегка золотистой корочкой.

Вкус и запах - цвет, вкус и запах соответствуют виду рыбы. Вкус в меру соленый.

Консистенция мягкая, сочная.

**ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (выход 60г; 70г) (по минтаю)**

Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Калорийность, ккал	
9,95/12,29		5,7/6,65		2,76/3,22		94,2/127,4	
Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
В1	В2	А	С	Са	Mg	Р	Fe
0,08/0,09	0,08/0,09	6,8/7,9	0,34/0,4	27,92/32,5	38/44,3	167/195	0,59/0,68

Начальник отдела технологов МБУ «Комбинат питания»

Хромова В.И.

Исполнитель: технолог МБУ «Комбинат питания»

Шулакова О.В.