

УТВЕРЖДАЮ

Ч.А. Гайрабеков

подпись руков. организации

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 275**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Рыба запеченная с картофельным пюре

**Номер рецептуры:**

**Наименование сборника рецептов:** ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРОИЗВОДСТВУ КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОРГАНИЗОВАННЫХ КОЛЛЕКТИВАХ (К ГОСТ 30390-95 / ГОСТ 50763-95)

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Филе окуня морского	104	97.5	10400	9750
или Филе судака	106.5	97.5	10650	9750
или Филе хека	108.75	97.5	10875	9750
или Филе ставриды	101.5	97.5	10150	9750
или Филе трески	102.5	97.5	10250	9750
~ Для приготовления блюда используется филе рыбное без костей с кожей промышленного производства.	-	-	-	-
Соль поваренная пищевая	1.25	1.25	125	125
~ Масса рыбы готовой	-	80	-	8000
Картофель	127	92.5	12700	9250
~ Масса нетто картофеля отварного очищенного	-	-	-	-
Соус молочный (для запекания овощей, мяса, рыбы) № 386	-	95	-	9500
Сухари панировочные	3.75	3.75	375	375
или Сыр твердый	4	3.75	400	375
~ Масса нетто сыра тертого	-	-	-	-
Масло сливочное	7.5	7.5	750	750
<b>Выход: 250</b>	-	-	-	-

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

Белки (г):	23.75	Ca (мг)	174.7
Жиры (г):	18.5	Mg (мг)	38.85
Углеводы (г):	26.3	Fe (мг)	2.65
Эн. ценность (ккал):	367.45	C (мг)	19.08

**Технология приготовления:** с указанием процессов приготовления и технологических режимов

Подготовленное филе рыбное без костей с кожей промывают, нарезают на порционные куски, посыпают солью поваренной йодированной, кладут на смазанную маслом сливочным сковороду, сверху кладут ломтики картофеля вареного очищенного, заливают соусом молочным (для запекания рыбы), посыпают сухарями панировочными пшеничными или сыром тертым, поливают растопленным маслом сливочным и запекают в жарочном шкафу при температуре 200-250°C в течение 20-30 мин до готовности и образования румяной корочки на поверхности. Отпускают рыбу вместе с картофелем и соусом, с которыми она запекалась. Температура подачи: не ниже 65°C. Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления. Для диет 7, 8, 10 блюдо готовят без соли поваренной. Примечание. Для данного блюда можно использовать филе рыбное без костей с кожей других видов рыбы промышленного производства.