|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | "УТВЕРЖДАЮ"\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/01.08.2025 г |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 311** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Наименование изделия: | **ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ** |
| Номер рецептуры: | **311** |
| Наименование сборника рецептур: | **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей****и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.:****Речь, 2008. - 800 с.** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **Наименование сырья** | **Расход сырья и полуфабрикатов** |
| **1 порц.** | **100 порц.** |
| **брутто, г** | **нетто, г** | **брутто, кг** | **нетто, кг** |
| КУРИНЫЕ ОКОРОЧКА БЕЗ КОСТИ С КОЖЕЙ | 142 | 136,2 | 14,2 | 13,62 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | 9,4 | 9,4 | 0,94 | 0,94 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 16,8 | 15 | 1,68 | 1,5 |
| МОРКОВЬ |  |  |  |  |
| с 01.01 по 31.08 | 20 | 15 | 2 | 1,5 |
| с 01.09 по 31.12 | 18,75 | 15 | 1,88 | 1,5 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 3,8 | 3,8 | 0,38 | 0,38 |
| КРУПА РИСОВАЯ | 65,4 | 65,4 | 6,54 | 6,54 |
| **Выход: 280** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:*** |  |  |  |  |  |  |
| Белки, г | 12,15 |  | В1, мг | 0,15 |  | Са, мг | 36,08 |  |  |  |  |  |
| Жиры, г | 22,09 |  | С, мг | 2,56 |  | Mg, мг | 60,23 |  |  |  |  |  |
| Углеводы, г | 29,24 |  | А, мг | 0,41 |  | Р, мг | 308,30 |  |  |  |  |  |
| Энергетическая ценность, ккал | 385,00 |  | E, мг | 4,67 |  | Fе, мг | 2,91 |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Д, мкг | 0,00 |  | К, мг | 419,13 |  |  |  |  |  |
|  |  |  | В2, мг | 0,22 |  | I, мкг | 10,63 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | F, мг | 0,20 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | Se, мг | 0,04 |  |  |  |  |  |
|  |  |
| ***Технология приготовления:*** |  |
| Подготовленные овощи (морковь, лук репчатый) нарезают соломкой, пассеруют. Крупу рисовую просеивают, перебирают, промываютсначала теплой (40° С), а затем горячей водой (60-70° С). Томатную пасту разводят водой в соотношении 1:1. Птицу рубят на порции (поодному куску), обжаривают до образования корочки, посыпав солью, кладут в посуду. Добавляют подготовленные овощи, спассерованнуютоматную пасту, заливают горячим бульоном или водой и дают закипеть (2,1 л воды на 1 кг крупы рисовой), затем кладут промытуюрисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 40-50 мин в жарочный шкаф с температурой 250-280° С. |  |
|  |  |
| ***Правила оформления, подачи блюд:*** |  |
| Порцию плова кладут горкой на подогретую тарелку, сверху укладывают кусок птицы. Оптимальная температура подачи 65° С. |  |
|  |  |
| ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:*** |  |
| • Внешний вид — плов уложен горкой, сверху кусок птицы, зерна рисовой крупы полностью набухшие, сохранившие форму, легкоотделяющиеся друг от друга;• цвет птицы — светло-кремовый, с золотистым оттенком; риса — светло-оранжевый;• вкус, запах — характерный для тушеной птицы с рисом и специями;• консистенция птицы — мягкая, сочная, риса — рассыпчатая. |  |

.