|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | "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, промывают сначала теплой (40° С), а затем горячей водой (60-70° С). Томатную пасту разводят водой в соотношении 1:1. Птицу рубят на порции (по одному куску), обжаривают до образования корочки, посыпав солью, кладут в посуду. Добавляют подготовленные овощи, спассерованную томатную пасту, заливают горячим бульоном или водой и дают закипеть (2,1 л воды на 1 кг крупы рисовой), затем кладут промытую рисовую 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, легко отделяющиеся 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. | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |

.