

УТВЕРЖДАЮ
Директор

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТОЧКА № 344

Наименование кулинарного изделия (блюда): **РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ**

Наименование сборника рецептов: **(сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий под редакцией А.Я. Перевалова № 344)**

№ п/п	Наименование продуктов	5-11 класс	
		Брутто, г	Нетто, г
1	Треска	205,6	160
	Минтай	201,8	160
	Горбуша	207,6	160
2	Мука пшеничная	8	8
3	Масло растительное	7,4	7,4
4	Масса полуфабриката	-	120
Выход		120	

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки(г)	10,26
Жиры(г)	8,64
Углеводы(г)	10,42
Ккал	160,8

Технология приготовления: Рыбу разделяют на филе с кожей без костей на порционные куски массой 88 г под углом 45°. Рыбу панируют в муке, запекают с двух сторон до слабой золотистой корочки.

Рыбу отпускают с гарниром и соусом.

Гарниры: картофель отварной (крупный кубик), картофельное пюре., рассыпчатые каши.

Температура подачи: 65⁰С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: На поверхности блюда легко подрумяненная корочка, соус загустел, но не высох. Блюдо сочное, рыба не подгоревшая, не присохшая к посуде.