

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №29
имени К.Ф.Зайцева
_____ Е.А. Бринцева
« 1 » октября 2022 г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

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

Наименование сборника рецептов: (сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий под редакцией А.Я. Первалова № 339)

Наименование сырья продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г		Расход сырья и продуктов на 100 порций, кг	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Филе рыбы	117,77	111,1	11,78	11,11
Масло растительное	6,3	6,3	0,63	0,63
Мука пшеничная	6,3	6,3	0,63	0,63
Масса запеченной рыбы	-	90	-	9,0
ВЫХОД	-	90	-	9,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на одну порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
16,4	8,6	4,1	141,3

Ca (мг)	Mg (мг)	Fe (мг)	C (мг)
18	8,66	0,76	0

Технология приготовления (с указанием процессов приготовления и технологических режимов).

Порционные кусочки с кожей и реберными костями, нарезают и посыпают солью, панируют в муке, кладут на противень и запекают в жарочном шкафу при 15-20 минут.

Температура подачи: 65⁰С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Рыба хорошо очищена, куски целые, сохранившие форму, консистенция мягкая. Цвет рыбы на поверхности светло-оранжевый. Аромат свойственный виду рыбы.

