

Наименование изделия: **РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ**

Номер **229**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся
Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 201**

Наименование сырья
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ
ВОДА ПИТЬЕВАЯ
МОРКОВЬ
с 01.01 по 31.08
с 01.09 по 31.12
ЛУК РЕПЧАТЫЙ
ТОМАТНАЯ ПАСТА
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА
САХАР ПЕСОК
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ
Выход: 100

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	13,60	В1, мг	0,09
Жиры, г	11,70	С, мг	2,28
Углеводы, г	25,10	А, мг	0,39
Энергетическая ценность, ккал	237,30	Е, мг	1,72
		Д, мкг	0,00
		В2, мг	0,10

Технология приготовления:

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями растительного, томатную пасту, раствор лимонной кислоты, сахар, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности. При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась.

Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное.

Также в рецептуре указан раствор лимонной кислоты (без %) массой 2,5 г.

Норма на порцию: гарнира - 75-150 г, соли - 2 г, лаврового листа - 0,01 г.

При отпуске рыбные блюда посыпают измельченной зеленью петрушки, сельдерея или укропа (1-3 г нетто на порцию) и

Правила оформления, подачи блюд:

Оптимальная температура подачи +65 С

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: целый кусок тушеной рыбы, уложен на тарелку вместе с соусом, сбоку гарнир.
 Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти у трески, морского окуня.
 Цвет: рыбы на разрезе белый или светло-серый, соуса оранжево-красный, овощей натуральный.
 Вкус: рыбы в сочетании с соусом и овощами, умеренно соленый.
 Запах: свойственный тушеной рыбе, с ароматом специй.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА J

Наименование изделия: **КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ**

Номер рецептуры: **241**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья
РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ
МОРКОВЬ
ЛУК РЕПЧАТЫЙ
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ
Выход: 130

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	10,30
Жиры, г	9,40
Углеводы, г	7,90
Энергетическая ценность, ккал	149,30

В1, мг	0,08
С, мг	0,82
А, мг	0,41
Е, мг	0,68
Д, мкг	0,25
В2, мг	0,11

Технология приготовления:

Подготовленное филе рыбы нарезают на куски и пропускают дважды через мясорубку вместе с замоченным яйцом, добавляют соль, хорошо перемешивают и формируют котлеты по 2 шт. на порцию. Изделия кладут в кастрюлю при закрытой крышке 15-20 мин. Температуры внутри изделия не ниже 80° С. Готовые изделия

Правила оформления, подачи блюд:

При отпуске котлеты аккуратно укладывают, поливают их соусом паровым и гарнируют. Оптимальная температура подачи гарнира - картофель отварной, пюре картофельное. Оптимальная температура подачи блюда 65 С

Характеристика изделия по органолептическим показателям:

- Внешний вид — котлеты овально-приплюснутой формы с заостренным концом, аккуратно уложены, пол
- цвет — изделие на поверхности и в разрезе с розоватым оттенком от моркови;
- вкус - приятный сладковато-соленый, характерный для определенного вида рыбы, с привкусом овощей;
- запах - характерный для определенного вида припущенной рыбы с приятным оттенком овощей;

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "ВИТА-ЛАЙН"
_____Н.Н.Клоков.
01 августа 2023 г.

ся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П.
7.-544с.

	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто,	нетто, кг
	2,5	2,5	0,25	0,25
	164	82	16,4	8,2
	19,1	19,1	1,91	1,91
	24	18	2,4	1,8
	22,5	18	2,25	1,8
	9,5	8	0,95	0,8
	8	8	0,8	0,8
	3,1	3,1	0,31	0,31
	0,2	0,2	0,02	0,02
	2	2	0,2	0,2
	0,01	0,01	0,001	0,001
	1,3	1,3	0,13	0,13

Ca, мг	46,97
Mg, мг	52,15
P, мг	197,98
Fe, мг	1,05
K, мг	467,69
I, мкг	124,90
F, мг	0,52
Se, мг	0,01

иашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло
сти (45-60 мин); за 5-7 мин до окончания тушения добавляют специи.

пи оформляют веточкой зелени.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор
ООО "ВИТА-ЛАЙН"
Н.Н.Клоков.
01 августа 2023 г.

№ 241

питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. -

	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто,	нетто, кг
	182	91	18,2	9,1
	32,5	26	3,25	2,6
	13	10,4	1,3	1,04
	10,4	10,4	1,04	1,04
	0,325	13	32,5	1,3
	13	13	1,3	1,3
	5,2	5,2	0,52	0,52

Ca, мг	47,85
Mg, мг	41,49
P, мг	173,05
Fe, мг	1,02
K, мг	341,35
I, мкг	95,55
F, мг	0,41
Se, мг	0,01

им в молоке хлебом, вареной морковью и луком репчатым. В рыбную массу отейник, смазанный маслом сливочным, добавляют немного воды и я хранят не более 40 мин при температуре 60-65° С.

пература подачи 65° С.

иты соусом, рядом — гарнир;