|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | "УТВЕРЖДАЮ"  Директор ООО «ВИТА-ЛАЙН»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.А.Бочаров/  15.07.2025 г. | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
|  | **ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 106** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| Наименование изделия: | | | **УХА РОСТОВСКАЯ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Номер рецептуры: | | **106** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Наименование сборника рецептур: | | | | | **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех** **образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и** **В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | | | |  | | |  | |  |  | | |
| **Наименование сырья** | | | | | | | | | | | | | **Расход сырья и полуфабрикатов** | | | | | | | | |
| **1 порц.** | | | | | **100 порц.** | | | |
| **брутто, г** | | | **нетто, г** | | **брутто, кг** | **нетто, кг** | | |
| КАРТОФЕЛЬ | | | | | | | | | | | | |  | | |  | |  |  | | |
| с 01.01 по 28.02 | | | | | | | | | | | | | 79,08 | | | 51,4 | | 7,91 | 5,14 | | |
| с 01.03 по 31.07 | | | | | | | | | | | | | 85,67 | | | 51,4 | | 8,57 | 5,14 | | |
| с 01.08 по 31.08 | | | | | | | | | | | | | 64,25 | | | 51,4 | | 6,43 | 5,14 | | |
| с 01.09 по 31.10 | | | | | | | | | | | | | 68,53 | | | 51,4 | | 6,85 | 5,14 | | |
| с 01.11 по 31.12 | | | | | | | | | | | | | 73,43 | | | 51,4 | | 7,34 | 5,14 | | |
| МОРКОВЬ | | | | | | | | | | | | |  | | |  | |  |  | | |
| с 01.01 по 31.08 | | | | | | | | | | | | | 10,67 | | | 8 | | 1,07 | 0,8 | | |
| с 01.09 по 31.12 | | | | | | | | | | | | | 10 | | | 8 | | 1 | 0,8 | | |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | | | | | | | | | | | | | 9,5 | | | 8 | | 0,95 | 0,8 | | |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ | | | | | | | | | | | | | 2 | | | 2 | | 0,2 | 0,2 | | |
| СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | | | | | | | | | | | | | 0,4 | | | 0,4 | | 0,04 | 0,04 | | |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | | | | | | | | | | | | | 140 | | | 140 | | 14 | 14 | | |
| ФИЛЕ МИНТАЙ | | | | | | | | | | | | | 54,18 | | | 48 | | 5,42 | 4,8 | | |
| ИЛИ ФИЛЕ ХЕКА | | | | | | | | | | | | | 54,18 | | | 48 | | 5,42 | 4,8 | | |
| ИЛИ ФИЛЕ ГОРБУШИ | | | | | | | | | | | | | 54,18 | | | 48 | | 5,42 | 4,8 | | |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | | | | | | | | | | | | | 1,6 | | | 1,5 | | 0,16 | 0,15 | | |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | | | | | | | | | | | | | 5 | | | 5 | | 0,5 | 0,5 | | |
| МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ | | | | | | | | | | | | | 2 | | | 2 | | 0,2 | 0,2 | | |
| ЗЕЛЕНЬ | | | | | | | | | | | | | 5,1 | | | 4 | | 0,51 | 0,4 | | |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | | | | | | | | | | | | | 0,01 | | | 0,01 | | 0,001 | 0,001 | | |
| **Масса готовой рыбы** | | | | | | | | | | | | |  | | | **30** | |  |  | | |
| **Выход: 200** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| ***Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:*** | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |  |  |  |  |
| Белки, г | | | | 8,91 | |  | В1, мг | | 0,10 | |  | Са, мг | | | 39,21 | |  |  |  |  |  |
| Жиры, г | | | | 2,59 | |  | С, мг | | 6,73 | |  | Mg, мг | | | 42,89 | |  |  |  |  |  |
| Углеводы, г | | | | 10,35 | |  | А, мг | | 0,22 | |  | Р, мг | | | 143,61 | |  |  |  |  |  |
| Энергетическая ценность, ккал | | | | 100,91 | |  | E, мг | | 1,20 | |  | Fе, мг | | | 1,09 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  | Д, мкг | | 0,03 | |  | К, мг | | | 580,06 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  | В2, мг | | 0,09 | |  | I, мкг | | | 75,66 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  |  | |  | |  | F, мг | | | 0,33 | |  |  |  |  |  |
|  | | | |  | |  |  | |  | |  | Se, мг | | | 0,01 | |  |  |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ***Технология приготовления:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| Филе рыбное с кожей промывают, нарезают на порционные куски, на коже делают 1-2 надреза, чтобы кожа не деформировалась при варке. В кипящую воду закладывают картофель, корень петрушки, морковь, лук репчатый нарезанный соломкой, и варят при медленном кипении. За 10-15 мин до окончания варки кладут подготовленное филе, соль, пассированную томатную пасту.  За 1-2 мин до окончания варки в уху кладут прокипяченное масло сливочное, нашинкованную зелень петрушки. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ***Правила оформления, подачи блюд:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| При отпуске горячие супы должны иметь температуру 75-80 °С | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ***Характеристика изделия по органолептическим показателям:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| Внешний вид – Характерный данному блюду.  Цвет – Характерный для входящих в состав изделия продуктов.  Вкус и запах – Характерный для входящих в состав изделия продуктов, без посторонних привкусов и запахов. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Технолог по питанию Т.В.Русинова