

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №		7.355	
Наименование блюда:	Биточки рыбные		
Вид обработки:	Термообработка		
Рецептура (раскладка продуктов) блюда:			
Продукт (полуфабрикат)	Категория	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо	Дети	0,1	0,1
	Ясли	0,075	0,075
Молоко	Дети	0,01	0,01
	Ясли	0,008	0,008
Хлеб пшеничный	Дети	0,013	0,013
	Ясли	0,01	0,01
Масло растительное	Дети	0,002	0,002
	Ясли	0,001	0,001
Лук	Дети	0,007	0,007
	Ясли	0,005	0,005
Треска	Дети	0,12	0,0672
	Ясли	0,09	0,0504
Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):			
Содержание питательных веществ блюда:			
Содержание продуктов		Ясли	Дети
Белки, г		0,0113	0,01503
Жиры, г		0,00459	0,00669
Углеводы, г		0,00539	0,00705
Калорийность, ккал		105,8922	145,6596
В1, мг			
В2, мг			
С, мг			
Са, мг			
Fe, мг			
Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):			
Количество часов содержания детей в ДОУ		Ясли	Дети
5 д 10,5 ч		0,36	0,48
Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:			
Технология приготовления			
Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, измельчают вместе с луком на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке и пшеничным хлебом, добавляют соль, сырые яйца, все тщательно перемешивают, выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют биточки. Изделия укладывают в сотейник, смазанный маслом, в один ряд, добавляют воду и припускают до готовности 20-25 минут при закрытой крышке или варят на пару. Содержание в сырьевом наборе на выход 60 гр биточков составляет - 73 гр, на выход 80 гр - 97 гр.			

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №		7.5/7/4	
Наименование блюда:	Горбуша жареная 80 гр.		
Вид обработки:	Термообработка		
Рецептура (раскладка продуктов) блюда:			
Продукт (полуфабрикат)	Категория	Брутто, г	Нетто, г
Соль	Дети	0,0008	
	Ясли	0,0008	
Мука	Дети	0,004	
	Ясли	0,004	
Масло растительное	Дети	0,002	
	Ясли	0,002	
Горбуша	Дети	0,13	0,091
	Ясли	0,13	0,091
Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):			
Содержание питательных веществ блюда:			
Содержание продуктов		Ясли	Дети
Белки, г		0,01836	0,01836
Жиры, г		0,00742	0,00742
Углеводы, г		0,00255	0,00255
Калорийность, ккал		148,491	148,491
В1, мг			
В2, мг			
С, мг			
Са, мг			
Fe, мг			
Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):			
Количество часов содержания детей в ДОУ		Ясли	Дети
5 д 10,5 ч		0,32	0,32
Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:			
Технология приготовления			
Обработанную рыбу разделяют на филе с кожей без костей, нарезают порционные куски, посыпают солью, панируют в муке, кладут на функциональную емкость, смазанную маслом растительным и жарят в жарочном шкафу 20-25 мин. при температуре 220-230оС. При отпуске можно добавить мелконарезанную зелень (1-2г).			

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №		7.н016/5	
Наименование блюда: Рыба с овощами в омлете 110 гр.			
Вид обработки:		Термообработка	
Рецептура (раскладка продуктов) блюда:			
Продукт (полуфабрикат)	Категория	Брутто, г	Нетто, г
Морковь	Ясли		0,011
Яйцо	Ясли	0,55	0,55
Молоко	Ясли	0,022	0,0209
Минтай	Ясли	0,12833	0,07186
Масло растительное	Ясли	0,0022	0,0022
Лук	Ясли	0,0099	0,00832
Масло сливочное	Ясли	0,0022	0,0022
Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы)			
Содержание питательных веществ блюда:			
Содержание продуктов		Ясли	
Белки, г		0,01417	
Жиры, г		0,00693	
Углеводы, г		0,00278	
Калорийность, ккал		148,49154	
В1, мг			
В2, мг			
С, мг			
Са, мг			
Fe, мг			
Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):			
Количество часов содержания детей в ДОУ		Ясли	
5 д 10,5 ч		0,77	
Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:			
Технология приготовления			
Рыбу припустить в жарочном шкафу до готовности. Отобрать от кожуры и костей. Овощи спассировать на растительном масле. Соединить рыбу и пассированные овощи, выложить на противни, смазанные сливочным маслом и залить омлетом. Запекать в жарочном шкафу при температуре 250 С - 25мин. Перед подачей разрезать на порции .			

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №		7.н016/3	
Наименование блюда: Рыба с овощами в омлете 130 гр.			
Вид обработки:		Термообработка	
Рецептура (раскладка продуктов) блюда:			
Продукт (полуфабрикат)	Категория	Брутто, г	Нетто, г
Морковь	Дети		0,01127
Яйцо	Дети	0,65	0,65
Молоко	Дети	0,026	0,0247
Минтай	Дети	0,15167	0,08494
Масло растительное	Дети	0,00173	0,00173
Лук	Дети	0,01127	0,00947
Масло сливочное	Дети	0,00433	0,00433
Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы)			
Содержание питательных веществ блюда:			
Содержание продуктов		Дети	
Белки, г		0,01674	
Жиры, г		0,00867	
Углеводы, г		0,00312	
Калорийность, ккал		179,44758	
В1, мг			
В2, мг			
С, мг			
Са, мг			
Fe, мг			
Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):			
Количество часов содержания детей в ДОУ		Дети	
5 д 10,5 ч		0,91	
Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:			
Технология приготовления			
Рыбу припустить в жарочном шкафу до готовности. Отобрать от кожуры и костей. Овощи спассировать на раститнльном масле. Соединить рыбу и поссированные овощи, выложить на протвини, смазанные сливочным маслом и залить омлетом. Запекать в жарочном шкафу при температуре 250 С - 25мин. Перед подачей разрезать на порции .			