

Технологическая карта № **РТ191**

Номер рецептуры: РТ191

Наименование блюда : **\*\*Рис отварной с овощами**

Наименование сырья	Норма закладки на одну порцию, в гр.								
	Ясли								
	*	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Рис круглозерный		32.34	32.34						
Масло сливочное		4.51	4.51						
Соль йодированная		1.5	1.5						
Морковь		14.5	10.8						
Лук репчатый		13.09	11						
<b>В Ы Х О Д</b>			110						

**Технология приготовления:**

Рис перебирают, промывают многократно в теплой воде. Подготовленную рисовую крупу всыпают в кипящую подсоленную воду (6л воды, 40 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении до готовности. В конце варки добавляют масло сливочное (50% от рецептурной нормы). Морковь подготовленную нарезают мелкими кубиками. Подготовленный лук шинкуют. Нарезанные морковь и лук припускают с маслом сливочным 5-8 минут. Готовые овощи соединяют с отварным рисом, перемешивают и подогревают 10-15 минут. Рис отварной с овощами как гарнир используют для блюд из мяса, рыбы и птицы.

**Показатели качества и безопасности**

**Требования к качеству:**

**Внешний вид:** Зерна крупы полностью набухшие, недеформированные, не слипшиеся, легко разделяются, овощи мягкие, равномерно распределены.

**Консистенция:** рассыпчатая, мягкая, однородная.

**Цвет:** от кремового до желтого

**Вкус:** отварного риса и овощей.

**Запах:** отварного риса и овощей.

**Пищевая и энергетическая ценность блюда:**

Категория	Выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
Ясли	110	0.33	3.3	1.71	37.87	12.93	0.22	0.01	0.02	1.64

Источники, используемые при составлении: