

Технологическая карта № **ТР191С**

Номер рецептуры: ТР191С

Наименование блюда : **25-Рис отварной с овощами**

Наименование сырья	Норма закладки на одну порцию, в гр.							
	Ясли		Детсад					
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Рис круглозерный	27	27	32	32				
Соль йодированная	1.5	1.5	2	2				
Морковь	25	20	30	24				
Лук репчатый	16	13	19	16				
Масло сливочное для пассерования	4	4	5	5				
В ы х о д	110		130					

Технология приготовления:

Рис перебирают, промывают многократно в теплой воде. Подготовленную рисовую крупу всыпают в кипящую подсоленную воду (бл 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

Органолептические показатели:

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	0.47	2.95	2.5	38.4	15.91	0.3	0.02	0.02	2.3
Детсад	130	0.58	3.68	3.03	47.57	20	0.36	0.02	0.03	2.8

Источники, используемые при составлении:

Детский сад № 378 г. Челябинск, технолог Старцева О.Ю.

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ "ДС 48 г. Челябинска"

_____. О. А. Бура