



Птица или кролик отварные № 300

Наименование блюда: **Птица или кролик отварные**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 300

Вид обработки: **Варка**

Наименование сборника рецептов: *Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна*

Рецептура (раскладка продуктов) на 70 грамм нетто/на 50 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Курица	206,5	182,87	147,5	130,62
или Цыпленок-бройлер	130	104,5	92,86	74,64
или Индейка	208,25	154,87	148,75	110,62
или Кролик	136,5	95,37	97,5	68,12
Лук	2,65	2,18	1,87	1,56
Соль пищевая йодированная	0,35	0,35	0,25	0,25

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 70 грамм блюда	Содержание питательных веществ на 50 грамм блюда
Белки, г	15,82	11,3
Жиры, г	11,9	8,5
Углеводы, г	0	0
Калорийность, ккал	170,331	121,665
В1, мг	0,28	0,2
В2, мг	0,084	0,06
С, мг	0	0
Са, мг	23,1	16,5
Fe, мг	1,12	0,8

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Подготовленные тушки птицы перед варкой формируют, придавая им компактную форму, кладут в горячую воду (2-2,5 л на 1 кг продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют соль, нарезанные овощи, лук и варят до готовности при слабом кипении в закрытой посуде. Сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть. У отварной птицы удаляют кожу, отделяют мякоть от костей, порционируют. Порционные куски заливают горячим куриным бульоном, доводят до кипения и хранят в бульоне на мармите в закрытой посуде. Кроликов нарубают на 4—6 и более частей в зависимости от величины тушек и нормы выхода порции. Нарубленные порции кролика заливают горячим бульоном, доводят до кипения и хранят в бульоне на мармите в закрытой посуде. Соусы - сметанный, молочный, сметанный с томатом - для старшей возрастной группы. Гарниры - каша рассыпчатая, рис отварной или припущенный, картофель отварной, овощи отварные с маслом, картофельное пюре.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные куски одинакового размера, не разваренные, уложены на тарелку, сбоку гарнир и соус

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: сероватый - для мякоти ножки, белый - филе, кролика - светло-серый

Вкус: умеренно соленый

Запах: свойственный мясу отварной птицы или кролика