



## Рис отварной № 315

Наименование блюда: **Рис отварной**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №315

Вид обработки: **Варка**

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

**Рецептура (раскладка продуктов) на 120 грамм нетто/на 100 грамм нетто блюда:**

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Рис	42,84	42,84	35,7	35,7
Масло сливочное	5,4	5,4	4,5	4,5
Соль пищевая йодированная	0,5	0,5	0,4	0,4

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

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 120 грамм блюда	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	2,916	2,43
Жиры, г	4,296	3,58
Углеводы, г	29,352	24,46
Калорийность, ккал	167,76	139,8
В1, мг	0,024	0,02
В2, мг	0,012	0,01
С, мг	0	0
Са, мг	1,092	0,91
Fe, мг	0,42	0,35

**Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:**

### Технология приготовления

Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют маслом, перемешивают и прогревают. Выход порции определяется возрастной группой.

#### Требования к качеству

**Внешний вид:** зерна крупы - целые, хорошо набухшие, легко разделяются

**Консистенция:** рассыпчатая, мягкая, однородная

**Цвет:** от белого до кремового

**Вкус:** отварного риса с маслом

**Запах:** отварного риса с маслом