

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор

" " 20 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МАУ "Школьное питание"

А. Ю. Панькова  
07.09.2020г.



## ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 75

### РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ

#### 1 ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико - технологическая карта распространяется на блюдо "Рыба тушеная с овощами", вырабатываемое и реализуемое в столовых образовательных учреждений Кемеровской области - Кузбасса.

#### 2 ТРЕБОВАНИЕ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления данного блюда, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество.

#### 3 РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на одну порцию, г		Расход сырья и продуктов на одну порцию, г	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Филе минтая замороженное (блочное)	105,55	95	133,32	120
или минтай тушка на кости ПБГ	128,37	95	162,16	120
или филе горбуши замороженное (с кожей без костей)	111,76	95	141,16	120
или филе хека замороженное (с кожей без костей)	126,66	95	160	120
Соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0,5	0,5
Мука пшеничная в/с	3	3	5	5
<b>Масса полуфабриката:</b>		<b>98</b>		<b>125</b>
Масло подсолнечное рафинированное	1,6	1,6	2	2
<b>Масса тушеной рыбы:</b>		<b>80</b>		<b>100</b>
Морковь с 1 сентября по 31 декабря	22,5	18	37,5	30
Морковь с 1 января по 1 июня	24	18	40	30
Лук репчатый	11,9	10	21,42	18
Томатная паста 23-25%сухих веществ	4,78	4,5	7,44	7
Соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0,1	0,1
Сахар - песок	1,2	1,2	2	2
Лист лавровый	0,01	0,01	0,02	0,02
Вода питьевая	30	30	50	50
<b>Масса тушеных овощей:</b>		<b>30</b>		<b>50</b>
<b>Выход:</b>		<b>110</b>		<b>150</b>

#### 4 ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях (Москва, 2017 г.).

Подготовка сырья производится в соответствии с действующими требованиями санитарного законодательства.

Банки с томатной пастой промывают проточной водой, протирают ветошью.

Морковь перебирают, убирают увядшие корнеплоды, с повреждениями, дефектами, а также посторонние примеси. Сильно загрязненные корнеплоды замачивают в моечной ванне не более 1 часа.

Овощи тщательно моют вручную до полного удаления с поверхности земли и других видимых загрязнений. После мойки корнеплоды очищают от кожуры на картофелеочистительных машинах или вручную.

Очищенные машиной овощи дочищают вручную и промывают чистой холодной водой для удаления с их

поверхности приставших частиц кожиры, мякоти, остатков гнили.

Морковь трут на терке или нарезают с помощью резательной машины соломкой размером 0,3\*0,3\*3 см.

Лук сортируют и замачивают в моечной ванне с чистой проточной водой не более 1 часа.

После мойки лук репчатый очищают от кожиры вручную с помощью специально промаркированных ножей и промывают чистой холодной водой для удаления с их поверхности приставших частиц кожиры и мякоти.

Лук нарезают кубиком размером 0,5\*0,5 см, для нарезки используют нож и доску с маркировкой "СО".

Овощи тушат до мягкости с добавлением томатной пасты, в конце приготовления вводят соль, сахар, лист лавровый, тушат 5-7 минут.

Размораживание рыбного сырья проводят в мясо - рыбном цехе на производственном столе с маркировкой "СР".

В случае поступления филе минтая в замороженном виде, освобождают от упаковки, размораживают на воздухе, нарезают на порционные куски, для нарезки используют нож и доску с маркировкой "СР".

В случае поступления минтая тушки с костью ПБГ в замороженном виде, освобождают от упаковки, размораживают на воздухе, промывают под проточной холодной водой, удаляют плавники и хвосты, нарезают на порционные куски, для нарезки используют нож и доску с маркировкой "СР".

Порционные куски рыбы солят, панируют в муке, выкладывают в гасстроемкость или противень, смазанный подсолнечным маслом, приливают немного воды.

#### **Первый способ приготовления:**

Варят в пароконвектомате в режиме "Пар" при температуре 100 С в течение 2-3 минут, затем тушат в смешанном режиме "Пар+конвекция" при температуре 140 С в течение 10-12 минут. На каждый кусок рыбы выкладывают тушеные овощи и тушат еще 2-3 минуты.

#### **Второй способ приготовления:**

Сверху противень закрывают листом, готовят в жарочном шкафу при температуре 180 С в течение 8-10 минут. На каждый кусок рыбы выкладывают тушеные овощи и готовят еще 2-3 минуты.

### **5 ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ**

Температура при раздаче не ниже 65 С. Подают в тарелке для вторых блюд. Готовое блюдо может находиться на мармите или горячей плите не более 2-х часов с момента изготовления. Подогрев остывших блюд ниже температуры раздачи не допускается.

### **6 ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ**

#### **6.1 Органолептические показатели качества:**

Внешний вид - на тарелку выложен кусок тушеной рыбы, не деформирован, консистенция мягкая, сверху рыба оформлена тушеными овощами, которые сохранили форму нарезки.

Цвет - соответствует виду рыбы и овощам, входящим в рецептуру.

Вкус и запах - свойственные данному виду рыбы, в меру соленый, с привкусом овощей и томата.


6.2 Микробиологические показатели блюда должны соответствовать требованиям ТР ТС 021/2011 Технического регламента Таможенного союза "О безопасности пищевой продукции" или гигиеническим нормативам, установленным в соответствии с нормативными правовыми актами или нормативными документами, действующими на территории РФ.

### **7. ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ (на выход - 100 г)**

Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Калорийность, ккал	
13,8		3,2		5,1		103,9	
Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
0,03	2,66	0	3,23	28,65	116,05	18,86	0,54

Ответственный за оформление ТТК: инженер - технолог ведущий

Главный технолог



Тюкаева С. А.

Хохлова С. Ю.

