

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21м**Наименование изделия:**Курица отварная**Номер рецептуры:**54-21м**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Вода	360.0	360.0	0.00	0.00	0.00	0.0
2	Лук репчатый	4.5	4.0	0.05	0.01	0.30	1.5
3	Петрушка (зелень)	4.5	4.0	0.14	0.01	0.28	1.8
4	Куриная грудка (филе)	162.7	144.0	31.94	2.41	0.52	151.5
5	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	32.13	2.43	1.1	154.8

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	D, мкг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.	F, мг.
1	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	111	0	0	0	0.00	0.0	0.00
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	6	1	0	2	0	0.12	0.0	1.24
3	Петрушка (зелень)	0.00	0.00	22.80	0.00	2	1	27	9	3	3	0.1	0.17	0.0	9.20
4	Куриная грудка (филе)	0.07	0.08	7.78	0.00	1	66	349	10	108	214	1.8	8.64	28.9	187.20
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.00	0.0	0.00
Итого		0.07	0.08	30.58	0	3	214	382	133	111	219	1.9	28.93	28.9	197.64

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют. Петрушку промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски и кладут в горячую воду, доводят до кипения, затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют нарезанную зелень, лук, соль и варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего мясо вынимают из бульона, дают ему остыть и нарубают на порции. Нарубленные порции птицы заливают горячим бульоном, доводят до кипения и кипятят 5-7 минут. Хранят отварную птицу на мармите не более 2 часов. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – аккуратно нарубленные куски отварной птицы; консистенция: нежная, сочная; цвет - светло-кремовый или серовато-белый; вкус и запах - характерный для отварной птицы, умеренно соленый; консистенция – нежная, мягкая, сочная.