



УТВЕРЖДЕНА

Заведующий МАДОУ № 23

О.Г. Дремлюженко

Приказ от 01.02.2022г. № 70-од

Технологическая карта № 67

Наименование кулинарного изделия (блюда): «Зразы рыбная с яйцом»

Номер рецептуры: 281

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельяна – Москва ДеЛи плюс, 2016г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
	ясли	ясли	сад	сад
Минтай	107	92	137	122
Морковь	10	7,5	10	7,5
Лук репчатый	10	8,4	10	8,4
Яйцо в фарш	1/7 шт	6	1/7 шт	6
Яйцо	½ шт (0,5)	20	½ шт (0,5)	20
Масло растительное	3	3	3	3
Хлеб	5	5	5	5
Вода	10	10	10	10
ВЫХОД:		100,0		130,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
				В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
13,68	6,98	27,18	198,00	0,06	2,90	33	24,2	108,8	20,1	1,13

Технология приготовления: Рыбу минтай отваривают в подсоленной воде до готовности, охлаждают, отделяют от костей и измельчают на мясорубке вместе с замоченным в воде хлебом, а потом добавляют обработанные яйца (яйца сначала промывают тёплой водой с 1-2%-м содержанием кальцинированной соды, затем 0,5% -м раствором хлорамина, после чего ополаскивают чистой водой), соль, хорошо перемешивают.

Из рыбной котлетной массы формируют круглые лепешки, на середину кладут 1/2 яйца, сваренного вкрутую 10 мин с момента закипания, края лепешки соединяют, придают изделию овальную форму, перекадывают на противень, смазывают маслом, запекают до готовности в жарочном шкафу 15-18 мин при температуре 250-280° С. Морковь, лук режут мелкими кубиками, припускают на растительном масле, добавляют томат, заливают зразу, протушивают в течение 10-15 минут при температуре 250-280° С.

Температура подачи: 65±5°С.

Требования к качеству:

Внешний вид: форма зраз – овально-приплюснутая без трещин, поверхность покрыта равномерно запеченной корочкой, сбоку уложен гарнир.

Консистенция: мягкая, сочная, корочки -хрустящая

Цвет: поверхности светло – коричневый, на разрезе – серый

Вкус: свойственный свежеприготовленной рыбной массе со вкусом припущенного лука и отварного яйца

Запах: свойственный жареной рыбной массе