Приложение 5 к СанПиН 2.4.5.2409-08

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 02018**

Уха ростовская

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование продукта | Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г | |
| Масса брутто, г | Масса нетто, г |
| Филе н/к трески (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, или кефали) мороженное ДП | 13,6\* | 12,5 |
| Картофель свежий очищенный полуфабрикат  *или* Картофель свежий продовольственный | 30  42,9 | 30  30 |
| Коренья петрушки сушеные | 0,6 | 0,6 |
| Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат  *или* Лук репчатый свежий | 5  6 | 5  5 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| Вода питьевая | 70 | 70 |
| Соль обогащенная с пониженным содержанием натрия | 0,2 | 0,2 |
| Помидоры | 20 | 17 |
| Петрушка (зелень) | 0,7 | 0,5 |
| **Выход:** | **-** | **100** |

В 100 граммах данного блюда содержится:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Пищевые вещества, г | | |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| 2,69 | 1,84 | 3,52 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Минеральные вещества, мг | | | |
| Ca | Mg | P | Fe |
| 19,8 | 15,1 | 69,71 | 0,47 |

|  |
| --- |
| Энергетическая ценность (ккал) |
| 58,84 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Витамины, мг | | | | | |
| A | B1 | B2 | PP | C | E |
| 0,01 | 0,04 | 0,05 | 0,76 | 4,86 | 0,19 |

\* Вес брутто рыбы дан из расчета содержания глазури 5%, при ином содержании глазури необходимо пересчитать массу брутто филе рыбы.

**Технология приготовления:** очищенные овощи, зелень петрушки промывают партиями в проточной воде в течение 5 минут. Филе рыбное с кожей промывают, нарезают на порционные куски, на коже делают 1-2 надреза, чтобы кожа не деформировалась при варке. Картофель свежий очищенный (полуфабрикат сульфитированный) помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 минут, отвар сливают. Подготовленный картофель нарезают дольками. В кипящую воду закладывают картофель, корень петрушки, лук репчатый нарезанный соломкой, и варят при медленном кипении. За 10-15 мин до окончания варки кладут подготовленное филе, соль, помидоры нарезанные дольками. За 1-2 мин до окончания варки в уху кладут прокипяченное масло сливочное, нашинкованную зелень петрушки.

**Температура подачи:** 65±5°С.

**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления.