



**ФОНД
ПОДДЕРЖКИ
ДЕТЕЙ** находящийся
в трудной
жизненной
ситуации

СЕМЕЙНАЯ МАСТЕРСКАЯ



“ВКУСНЫЕ ИСТОРИИ”

МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ, ОПЕКИ И
ПОПЕЧИТЕЛЬСТВА ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ
Областное государственное казенное (бюджетное) учреждение
социального обслуживания
ОГКУСО "Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей,
г. Ангарска"

Обсуждена и утверждена педагогическим
коллективом ОГКУСО «Центр помощи де-
тям, оставшимся без попечения родителей, г.
Ангарска»
«7» ноября 2024 г.

Утверждаю
Директор ОГКУСО «Центр помощи детям,
оставшимся без попечения родителей, г.
Ангарска»

«7» ноября 2024 г.

Н.А. Олухова



ПРОГРАММА
профориентационных мероприятий
семейной мастерской "Вкусные истории"

Адресат программы: ОГКУСО "Центр по-
мощи детям, оставшимся без попечения
родителей, г. Ангарска"

Срок реализации: 2,5 месяца

Разработчик программы: Аксенова Ольга
Валентиновна, социальный педагог

2024 г.

Пояснительная записка

Актуальность программы

В настоящее время часто происходит нарушение нормального функционирования семьи, которое связано с возникновением экономических проблем:

- снижение доходов семьи из-за низкого уровня оплаты труда;
- снижение уровня среднедушевого дохода семьи и возникновение избыточной иждивенческой нагрузки на работающих членов семьи, обусловленные наличием в семье иждивенцев или безработных, пребыванием женщины в отпуске по уходу за ребенком, временной нетрудоспособностью или инвалидностью членов семьи;
- малообеспеченность большинства семей, многие из которых по прожиточному уровню находятся ниже черты бедности (на фоне резкого социально-экономического расслоения общества).

По данным Росстата численность населения с денежными доходами ниже величины прожиточного минимума от общей численности населения в 2017 г. составляет 13,2%, из них малоимущих домашних хозяйств без детей - 37,6%, семьи с детьми в возрасте до 16 лет - 62,4%.

На сопровождении в ОГКУСО «Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, г. Ангарска» состоит 443 семьи, в них детей-834 человека: многодетных семей - 87, неполных – 191, 56 мамочек находится в декрете, семей с низким уровнем дохода - 321, алкоголезависимых родителей - 163, не организовано в кружках и секциях 67 детей школьного возраста.

Семейная мастерская «Вкусные истории» позволит организовать пространство для развития разнообразных трудовых и предпрофессиональных навыков детей, а также вовлечь в совместную деятельность родителей вместе с детьми. Программа «Вкусные истории», воспитывает семейственность, формирует умение вести хозяйство, позволяет научиться быть экономным, хорошо ориентироваться в многообразии продуктов. самостоятельно готовить разнообразную и здоровую пищу, готовит детей к самостоятельной жизни. Владение кулинарией требует большого объема знаний и навыков, значительной культуры и эрудиции, чтобы соответствовать современным требованиям. Полученные на занятиях знания помогут детям не только научиться азам ведения домашнего хозяйства, но и сделать первый шаг к выбору будущей профессии

Новизна программы в компетентностном подходе к предпрофильной подготовке могут пригодиться подросткам во взрослой жизни, а родителям повысить конкурентоспособность и приобщиться к индивидуальному предпринимательству или самозанятости.

Программ обучения детей кулинарному искусству имеет несколько ключевых особенностей. Которые делают ее уникальной и ценной для разви-

тия кулинарных навыков, познавательных интересов и социальной адаптации участников.

1. Социальная интеграция: Некоторые семьи чувствуют себя изолированными от общества и не имеют доступа к информации о здоровом образе жизни. Мероприятия программы помогают таким семьям интегрироваться в общество, получать знания и поддержку. Программа создает условия для общения и взаимодействия между участниками и членами семьи. Совместное приготовление пищи, обмен рецептами, взаимодействие, помогают участникам наладить дружеские связи, укрепляет чувство семейственности, общности.

2. Интерактивность и практический подход: Основным принципом программы является активное вовлечение участников в процесс приготовления пищи, где они готовят разнообразные блюда под руководством профессиональных поваров. Это позволяет им узнать теоретические основы и приобрести практические навыки, которые они могут применять в повседневной жизни.

3. Здоровый образ жизни: Формирование здоровых пищевых привычек. Многие семьи не знают, как правильно составлять рацион, какие продукты выбирать и как их готовить. Мастер-классы и консультации специалистов помогают обучить родителей основам здорового питания и сформировать у детей здоровые пищевые привычки.

4. Творческий подход: Программа поощряет творчество и эксперименты в кулинарии. Участники получают возможность создавать собственные рецепты. Комбинируя различные ингредиенты и техники приготовления пищи. Это помогает развивать их воображение и стимулирует интерес к кулинарии как форме творчества

5. Личностно-ориентированный подход Индивидуальные консультации с диетологами для участников проекта.

Отличительные особенности

При реализации программы будут организованы встречи с интересными людьми. На ярких примерах успешного ведения бизнеса родители и дети могут получить мотивацию к заключению социальных контрактов с целью повышения уровня доходов. Активные и успешные бизнесмены города поддержат семьи в качестве наставников.

Адресат программы

Программа рассчитана для семей с детьми, имеющих низкий уровень дохода
Участники программы:

1. Малообеспеченные семьи.
2. Профессиональные повара и диетологи, участвующие в проведении мастер-классов и консультировании.
3. Волонтеры, помогающие в организации мероприятий и сборе продуктовых наборов.

Цель и задачи Программы

-
1. Развитие у детей интереса к кулинарному искусству и формирование базовых знаний и умений в области кулинарии.
 2. Прививание культуры здорового питания и обучение принципам правильного выбора продуктов.
 3. Обучение приготовлению здоровой и питательной пищи из доступных продуктов питания.

Задачи:

Обучающие:

- ✓ обучение санитарно-гигиеническими правилам и нормам при выполнении кулинарных работ, ознакомление с техникой безопасности при работе с электрическими приборами.
- ✓ формирование навыков организации труда при приготовлении пищи; навыки работы с инструментами и приборами при обработке различных продуктов.
- ✓ обучение технологии приготовления различных блюд.
- ✓ обогащение знаний о рациональном питании, формирование умений по приготовлению полезных блюд, привитие вкуса к здоровой пище.

Воспитывающие (личностные):

- ✓ воспитание аккуратности, трудолюбие, целеустремленность, терпение, положительное отношение к труду;
- ✓ привитие навыков нравственного поведения, этики в ближайшем (семейном) окружении;
- ✓ формирование культуры общения в социуме, привитие навыков работы в команде, создавать комфортную атмосферу доброжелательности и сотрудничества.
- ✓ формировать позитивную установку на семейную жизнь, прививать навыки и умения обустроить свой быт.

Развивающие (метапредметные):

- ✓ развить творческую активность через индивидуальное раскрытие кулинарных способностей каждого ребенка. Развивать креативное мышление, эстетическое восприятие и творческое воображение.
- ✓ развивать интерес к профессии; пробуждать интерес к кулинарному искусству.
- ✓ развивать чувство ответственности.

Срок реализации программы:

Программа рассчитана на 10 занятий (20 часов).

Методы реализации проекта:

1. *Кулинарные мастер-классы.* Проводятся в соответствии с планом программы «Вкусные истории» по приготовлению здоровой пищи. Эти

занятия помогают участникам научиться готовить разнообразные блюда из доступных и полезных ингредиентов. Специалисты по питанию делятся своими знаниями и опытом, учат правильному сочетанию продуктов и показывают, как приготовить вкусную и полезную пищу.

2. **Кулинарные конкурсы.** Организация кулинарных конкурсов среди участников проекта. Где они смогут продемонстрировать свои умения и получить призы за лучшее блюда.
3. **Публикация рецептов.** Создание специального сайта или группы в социальных сетях, где участники проекта могут делиться своими рецептами и фотографиями блюд.
4. **Консультации специалистов по питанию.** На этих встречах специалисты рассказывают о важности правильного питания, особенно для детей, дают рекомендации по выбору продуктов и составлению рациона, а также отвечают на вопросы участников.

Содержание программы:

Мероприятия предназначены для обучения основам кулинарии, где участники будут учиться готовить вкусные, простые блюда из доступных и полезных продуктов под руководством опытных поваров. Они узнают о различных ингредиентах, способах обработки продуктов и сочетаниях вкуса. Научатся выбирать качественные продукты и понимать разницу между полезными и вредными продуктами, готовить различные блюда.

Комплексный план занятий включает следующие этапы:

1. Введение: Знакомство с участниками группы, обсуждение целей курса и ожиданий участников.
2. Теоретическая часть: Обзор основных принципов здорового питания, основы гигиены приготовления пищи, правила безопасности на кухне.
3. Практика: Подбор рецептов для приготовления блюд, подготовка ингредиентов, использование различных техник приготовления пищи (варка, жарка, тушение, запекание).
4. Практические занятия: Участники готовят блюда под руководством преподавателя, учатся правильно сочетать ингредиенты, контролировать процесс приготовления, корректировать вкус блюда.
5. Завершение: Обсуждение результатов приготовленных блюд, оценка работы каждого участника, выдача сертификатов участникам.

На курсе мастерской будут рассматриваться следующие принципы здорового питания:

- **Баланс питательных веществ:** рацион должен содержать достаточное количество белков, жиров, углеводов, витаминов и минералов.
- **Разнообразие продуктов:** питание должно быть разнообразным, чтобы организм получал все необходимые вещества.
- **Ограничение потребления сахара и соли:** чрезмерное потребление этих продуктов может привести к проблемам со здоровьем.
- **Потребление достаточного количества воды:** вода необходима для нормального функционирования организма.

-
- Регулярность приема пищи: важно есть регулярно, чтобы поддерживать стабильный уровень энергии и предотвращать переедание.
 - Профилактика ожирения: важна умеренность в потреблении калорий и регулярная физическая активность.
 - Соблюдение правил гигиены: правильное хранение, обработка и приготовление пищи снижают риск пищевых отравлений.

На курсе будут изучены следующие методы обработки продуктов:

- Мытье и очистка: как правильно мыть фрукты, овощи и другие продукты перед приготовлением.
- Нарезка: как нарезать продукты разными способами (кубиками, ломтиками, соломкой) для разных блюд.
- Термообработка: варка, жарка, запекание, гриль, фритюр и другие способы приготовления пищи.
- Взбивание и смешивание: как работать с яйцами, кремами и другими жидкостями для получения однородной массы.

Каждое занятие по темам программы, включает теоретическую часть и практическое выполнение задания. Теоретический материал сопровождается показом наглядного материала, преподносится в виде рассказа-информации или беседы.

Основное место на занятии отводится практическим работам. Нагрузка во время занятий соответствует силам и возможностям подростков, обеспечивая занятость участников в течение занятия.

Форма проведения занятий – очная.

10 занятий проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

Ожидаемые результаты:

Участники проекта обогатят свои знания в области кулинарии, сервировки стола и оформления готовых блюд. Смогут приготовить конкурентоспособную продукцию, что явится стимулом к самоусовершенствованию и дальнейшим поискам новых кулинарных и творческих решений.

1. Овладение знаниями основ здорового питания и принципов правильной обработки продуктов.

2. Приобретение навыка выбора качественных продуктов и их безопасного хранения.

3. Умение готовить различные блюда с использованием различных техник приготовления пищи.

4. Улучшение кулинарных навыков и уверенности в своих способностях на кухне Развитие творческого подхода к приготовлению пищи и умение экспериментировать с новыми рецептами.

6. Способность составлять сбалансированный рацион питания.

Участие в проекте «Вкусные истории» дает участникам возможность научиться новому полезному делу и зарабатывать на этом путем заключения социального контракта.

Календарно-тематический план

№	Тема занятия	Кол-во часов			Определение основных видов деятельности
		всего	теория	практика	
Введение в социальный контракт и основы предпринимательства					
1	Введение в социальный контракт. Разработка бизнес-идеи и составление бизнес-плана. Основы правового регулирования предпринимательской деятельности	2	1,2	40 минут	Встреча с успешным предпринимателем города, получателем социального контракта в сфере шиномонтажных услуг. Познакомить участников с концепцией социального контракта, его преимуществами и основами предпринимательства Практическое задание: разработка бизнес-идеи и составление краткого плана
Основы организации работы кулинарной мастерски					
2	Тема: «Сэндвич с ветчиной и сыром»	2	40 минут	1	Первичная обработка продуктов. Грилирование
3	Тема: «Блины скоро-спелые»	2	40 минут	1,2	Первичная обработка продуктов. Выпекание
4	Тема «Паста шоколадная». «Паста шоколадная с бананом»	2	40 минут	1,2	Первичная обработка продуктов. Блиндирование
5	Тема: «Куриные крылья гриль»	2	40 минут	1,2	Первичная обработка продуктов. Глирование
6	Тема: «Шоколадные вафли»	2	40 минут	1,2	Первичная обработка продуктов. Выпекание
7	Тема: «Лимонное печенье»	2	40 минут	1,2	Первичная обработка продуктов. Выпекание
8	Тема: Закуска «Гарталетки с куриным паштетом»	2	40 минут	1,2	Первичная обработка продуктов. Запекание
9	Тема: «Салат из курицы с корейской морковью»	2	40 минут	1,2	Первичная обработка продуктов. Маринование. Варка
10	Тема «"Заливное из курицы под соусом»	2	40 минут	1.2	Первичная обработка продуктов. Варка, Замачивание.
Итого		20	7	13	

Содержание программы

Введение в социальный контракт и основы предпринимательства

Теоретическое занятие: Введение в социальный контракт: цели, возможности и преимущества. Основы предпринимательства: что такое бизнес и как его начать. Структура бизнес-плана: основные разделы и их содержание. Формы собственности: ИП, ООО и их отличия. Регистрация бизнеса: необходимые документы и процедуры. Лицензии и разрешения: что нужно для работы в сапожной мастерской. Основы налогового учета и отчетности.

Практическое занятие: Встреча с успешным предпринимателем города, получателем социального контракта в сфере услуг по приготовлению пищи. Разработка бизнес - идеи и составление краткого плана.

Тема: «Сэндвич с ветчиной и сыром»

Теоретическое занятие: познакомить участников с правилами работы на оборудовании «Универсальный пекарь»: изучить меры предосторожности при работе с устройством; технические характеристики устройства; правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход.

Практическое занятие: научить готовить горячий сэндвич с ветчиной и сыром на оборудовании «Универсальный пекарь».

Тема: «Блины скороспелые» (с начинкой)

Теоретическое занятие. Знакомить с разными видами и способы приготовления теста для блинов. Расширять кругозор, обогащать словарный запас, прививать практические навыки по приготовлению блюда.

Практическое занятие. Учить участников приготовлению классических блинов с начинкой.

Тема «Паста шоколадная». «Паста шоколадная с бананом»

Теоретическое занятие. Знакомить с правилами работы на оборудовании «блендер стационарный», правилами и условиями эксплуатации, обслуживание и уход, инструктаж по Т.Б. Расширять общий кругозор, обогащать словарный запас, прививать практические кулинарные навыки.

Практическое занятие. Учить приготовлению блюда «Паста шоколадная», «Паста шоколадная с бананом». знакомить с технологией приготовления и подачей готового блюда, требованиями к качеству блюда, условиями и срокам хранения готового продукта.

Тема «Куриные крылья гриль»

Теоретическое занятие. Учить участников правилам работы на оборудова-

нии «Универсальный пекарь»: изучить меры предосторожности при работе с устройством; технические характеристики устройства; правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход. Изучить инструктаж по Т.Б.

Практическое занятие. Учить приготовлению блюда «**Куриные крылья гриль**», знакомить с технологией приготовления и подачей готового блюда, требованиями к качеству готового блюда, условиями и срокам хранения готового продукта. Прививать практические кулинарные навыки, расширять кругозор, обогащать словарный запас

Тема «Шоколадные вафли»

Теоретическое занятие. Учить участников правилам работы на оборудовании «Универсальный пекарь»: изучить меры предосторожности при работе с устройством; технические характеристики устройства; правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход. Знакомить с видами теста для приготовления вафель. Прививать практические кулинарные навыки, расширять кругозор, обогащать словарный запас. Изучить инструктаж по Т.Б.

Практическое занятие. Учить приготовлению кондитерского изделия «**Шоколадные вафли**», знакомить с технологией приготовления и подачей готового блюда, изучать требованиями к качеству готового блюда, условиями и срокам хранения готового продукта.

Тема «Лимонное печенье»

Теоретическое занятие. Продолжать знакомить с правилами работы на **оборудовании «Универсальный пекарь:»**: изучение мер предосторожности при работе с устройством; технические характеристики устройства; правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход. Инструктаж по Т. Б. Знакомить с разными видами теста для печенья. расширять кругозор, обогащать словарный запас, прививать практические кулинарные навыки.

Практическое занятие. Учить приготовлению **кондитерского** изделия «**Лимонное печенье**», знакомить с технологией приготовления и подачей готового блюда, знакомить с требованиями к качеству готового блюда, условиями и срокам хранения готового продукта.

Тема «Тарталетки с куриным паштетом »

Теоретическое занятие. Знакомить с правилами работы на оборудовании печь электрическая, духовой шкаф, правилами и условиями эксплуатации, обслуживание и уход, инструктаж по Т.Б., расширять кругозор, обогащать словарный запас, прививать практические кулинарные навыки

Практическое занятие. Учить приготовлению «Тарталеток с куриным паштетом», знакомить с технологией приготовления продуктов, подачей готового блюда, требованиями к качеству готового блюда, условиями и срокам хранения готового продукта

Тема «Салат из курицы с корейской морковью»

Теоретическое занятие: Ознакомление с правилами работы на оборудовании печь электрическая, правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход, инструктаж по Т.Б. Знакомить с технологией обработки продуктов. Дать представление о значении овощей для организма человека. Основные санитарно-гигиенические требования СанПиНа по приготовлению салатов. Расширять кругозор, обогащать словарный запас, прививать практические кулинарные навыки.

Практическое занятие: учить приготовлению салата «Салат из курицы с корейской морковью» знакомить с технологией приготовления продуктов и подачей готового блюда, требованиями к качеству готового блюда, условиями и срокам хранения готового продукта, расширять кругозор, обогащать словарный запас, прививать практические кулинарные навыки

Тема «"Заливное из курицы под соусом"»

Теоретическое занятие. Знакомить с основными секретами приготовления заливного. Знакомить с технологией приготовления и подачей готового блюда, требованиями к качеству готового блюда, условиями и срокам хранения готового продукта. Расширять кругозор, обогащать словарный запас, прививать практические кулинарные навыки.

Практическое занятие. Учить приготовлению блюда "Заливное из курицы под соусом", учить приготовлению соуса

Материально - техническое обеспечение

Оборудование: Гарнитур кухонный, вытяжка, обеденная группа, плита электрическая с жарочным шкафом, электрочайник, блендер стационарный, миксер, мясорубка электрическая, электротерка, фритюрница, универсальный пекарь; набор сковород, набор кастрюль, набор столовой посуды, сервиз, комплект скатерть, набор ножей 4 предмета, набор досок разделочных, коврик кулинарный, набор столовых приборов, чайный сервиз, шкафы для посуды, доски деревянные разделочные, сушилка для тарелок, чайники заварные, набор ножей, чайник, кофейный сервиз, косынки, фартуки; моющие средства.

Перечень использованной литературы

1. Н.А. Анфимова, Т.И. Захарова, Л.Л. Татарская. КУЛИНАРИЯ. - МОСКВА ЭКОНОМИКА. 2017 г.
2. Федосеева Т.А. Большая энциклопедия кулинарного искусства / Т.А. Федосеева. – М.: ОЛМА – ПРЕСС, 2015 г.
3. Мартынов С.М. Овощи + фрукты + ягоды = здоровье. М. Просвещение, 2017 г.
4. Степанова И.В. Праздничные бутерброды. Москва, 2016 г.
5. Степанова И.В. Аппетитные гарниры. Москва, 2016 г

Приложение №1

Вводное занятие.

Знакомство с участниками. Представление плана работы и режима работы мастерской. Знакомства с правилами работы на кухне.

Техника безопасности при работе на кухне. Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи. Формирование сборника рецептов.

Консультирование *Принципы здорового питания:*

- **Баланс питательных веществ:** рацион должен содержать достаточное количество белков, жиров, углеводов, витаминов и минералов.
- **Разнообразие продуктов:** питание должно быть разнообразным, чтобы организм получал все необходимые вещества.
- **Ограничение потребления сахара и соли:** чрезмерное потребление этих продуктов может привести к проблемам со здоровьем.
- **Потребление достаточного количества воды:** вода необходима для нормального функционирования организма.
- **Регулярность приема пищи:** важно есть регулярно, чтобы поддерживать стабильный уровень энергии и предотвращать переедание.
- **Профилактика ожирения:** важна умеренность в потреблении калорий и регулярная физическая активность.
- **Соблюдение правил гигиены:** Правильное хранение, обработка и приготовление пищи снижают риск пищевых отравлений.

Занятие 1. Тема: «Сэндвич с ветчиной и сыром»

Цель: познакомить участников с правилами работы на оборудовании «Универсальный пекарь»: изучить меры предосторожности при работе с устрой-

ством; технические характеристики устройства; правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход.

Научить готовить горячий сэндвич с ветчиной и сыром на оборудовании «Универсальный пекарь».

Теория: Историческая справка. Первые упоминания о блюдах, похожих на современные сэндвичи, относятся к древнему Египту. Там люди использовали лепешки из теста, заполненные различными начинками. В средневековой Европе существовали различные виды бутербродов, которые использовались как еда для путешественников и рабочих. Один из таких видов был известен как "тортилл" - лепешка с начинкой. Сэндвичи стали популярны в Англии, где их впервые начал подавать Джон Монтегю, 4-й граф Сэндвич. Граф Сэндвич часто играл в карты и нуждался в быстрой и удобной закуске, которую можно было есть, не прерывая игру. Так появились сэндвичи, названные в честь графа.

XX век: в XX веке сэндвичи стали широко распространены по всему миру благодаря развитию фаст-фуда и быстрого питания. Сегодня сэндвичи доступны в различных вариантах и с разнообразными начинками.

Для начинки сэндвича можно использовать различные продукты, кроме ветчины и сыра. Вот несколько идей:

1. **Овощи:** помидоры, огурцы, листья салата, авокадо, болгарский перец, цуккини.
2. **Мясо:** курица, индейка, ростбиф, хамон, пастроми.
3. **Рыба и морепродукты:** лосось, тунец, креветки, кальмары.
4. **Сыры:** моцарелла, фета, чеддер, голубой сыр.
5. **Фрукты:** яблоко, груша, клубника, ананас.
6. **Яйца:** сваренные вкрутую, пашот, яичница.
7. **Соусы:** майонез, кетчуп, горчица, песто, хумус.
8. **Специи и травы:** базилик, орегано, розмарин, тимьян, чеснок.
9. **Зерновые и бобовые:** фасоль, горох, кускус, киноа.
10. **Орехи и семена:** грецкие орехи, миндаль, семена подсолнечника, кунжут

Ознакомление с правилами работы на оборудовании «Мясорубка электрическая»: изучение мер предосторожности при работе с устройством; технические характеристики устройства; правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход. Инструктаж по Т.Б.

Практика Организация рабочего места. Подбор продуктов. Подбор используемого инвентаря. Изучение технологической карты приготавливаемого блюда. Сроки и правила хранения готового блюда. Самостоятельное приготовление блюда.

Технологическая карта приготовления «Сэндвич с ветчиной и сыром»

Ингредиенты (2 порции)

- Хлеб для тостов - 4 порции.
- Ветчина - 70 грамм.
- Сыр - 40 грамм.

-
- Майонез -30 грамм

Процесс приготовления:

1. Нарезьте ветчину и сыр тонкими ломтиками.
2. Смажьте 2 ломтика хлеба майонезом, выложите на них ветчину и сыр, накройте оставшимися ломтиками.
3. Установите в «Универсальный пекарь» панель для сэндвичей. Закройте крышку и дождитесь, когда загорится зеленый индикатор. Откройте крышку, выложите сэндвичи на панель. Готовьте при закрытой крышке 4 – 8 минут.

Заключительная часть

Сервировка стола, дегустация, анализ полученного блюда, запись рецепта, уборка рабочих мест, спецодежды.

Приложение №2.

Занятие 2. Тема: «Блины скороспелые (с начинкой)»

Цель: знакомить с разными видами и способы приготовления теста для блинов. Расширять кругозор, обогащать словарный запас, прививать практические навыки по приготовлению блюда. Учить участников приготовлению классических блинов с начинкой.

Введение: Организационный момент. Сообщение темы занятия.

Теория: Историческая справка.

Блины имеют долгую историю и происхождение, связанное с различными культурами. Самые ранние упоминания о блинах встречаются в древнем Египте, где люди использовали муку, воду и дрожжи для приготовления простых лепешек.

В средние века блины стали популярным блюдом в Европе, особенно на Масленицу. В России блины традиционно считаются национальным блюдом и ассоциируются с праздником Масленицы. Сегодня блины остаются любимым блюдом во многих странах мира и могут быть приготовлены из различных видов муки, с добавлением специй, фруктов и других ингредиентов.

Существуют различные виды и способы приготовления теста для блинов, которые могут отличаться по составу ингредиентов и текстуре:

1. **Традиционное тесто:** это классический вариант, который включает в себя муку, яйца, молоко, сахар и соль. Блины из такого теста получаются тонкими и нежными.
2. **Сырное тесто:** для придания блинам насыщенного вкуса и аромата можно добавить тертый сыр в тесто. Это делает блины более сытными и интересными.
3. **Сладкое тесто:** если вы хотите приготовить сладкие блины, можно увеличить количество сахара в тесте и добавить ваниль или другие

ароматизаторы. Такие блины отлично сочетаются с джемом, медом или сиропом.

4. **Кислое тесто:** в этом случае молоко заменяется кефиром или простоквашей, что придает блинам особый вкус и текстуру.
5. **Без дрожжевого теста:** если вы хотите обойтись без использования дрожжей, можно заменить их содой или разрыхлителем. Это сделает блины более легкими и воздушными.
6. **С орехами или сухофруктами:** для придания блинам дополнительного вкуса и текстуры можно добавить измельченные орехи или сухофрукты прямо в тесто.
7. **Цветное тесто:** для создания ярких и красочных блинов можно использовать натуральные красители, такие как свекольный сок, шпинат или куркума.
8. **С добавлением какао:** если вы хотите приготовить шоколадные блины, добавьте в тесто какао-порошок. Это придаст блинам насыщенный шоколадный вкус.

Эти виды теста предлагают широкий спектр возможностей для экспериментов и создания новых уникальных вкусовых сочетаний

Практика:

Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи.

Организация рабочего места.

Подбор используемого инвентаря, инструментов.

Изучение технологической картыготавливаемого блюда.

Сроки и правила хранения готового блюда.

Подбор продуктов.

Самостоятельное приготовление блюда.

Приготовление скороспелых блинов (можно с начинками).

Технологическая карта приготовления изделия из теста «Блинчики»

Ингредиенты:

1. мука – 2 стакана;
2. молоко – 3 стакана;
3. яйца – 2 шт.;
4. сахар – 50 гр.;
5. сода – 5 гр.;
6. растительное масло – 50 гр.;
7. Соль
8. Уксус (для гашения соды)
9. Сливочное масло - 100 гр.

Процесс приготовления.

Первичная обработка продуктов: яйца – помыть, муку – просеять, молоко подогреть.

Яйца и сахар взбить.

Добавить половину нормы молока и всыпать просеянную муку.

Взбить до однородной массы, чтобы не было комков и влить оставшееся молоко.

Добавить соду, гашенную уксусом, соль и растительное масло, все хорошо перемешать.

Разогреть сковороду и смазать растительным маслом или кусочком сала.

Налить тесто на сковороду и разровнять по всей поверхности.

Обжарить блинчик с двух сторон.

Снять блинчик со сковороды на тарелку, смазать сливочным маслом и сложить стопкой.

Подать блинчики по 2 – 3 шт. на порцию со сливочным маслом или сметаной. Приятного аппетита!

Заключительная часть: Сервировка стола, дегустация, анализ полученного блюда, уборка рабочих мест, спецодежды.

Приложение №3

Занятие 3. Тема: «Шоколадная паста», «Шоколадная паста с бананом».

Цель: учить участников правилам работы на оборудовании «Блендер стационарный»: изучить меры предосторожности при работе с устройством, технические характеристики устройства, правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход. Изучить инструктаж по Т.Б. Учить приготовлению кондитерского изделия *«Шоколадная паста», «Шоколадная паста с бананом»*. Знакомить с технологией приготовления и подачей готового блюда, изучить требованиями к качеству готового блюда, условиями и срокам хранения готового продукта. Прививать практические кулинарные навыки, расширять кругозор, обогащать словарный запас.

Введение Приветствие. Организационный момент. Сообщение темы занятия. Ознакомление с правилами работы на оборудовании печь электрическая, правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход, инструктаж по Т.Б.

Теория. Историческая справка Краткая историческая справка. Шоколадная паста, известная также как нутелла, появилась в Италии в середине XX века. История её возникновения связана с дефицитом какао-продуктов во время Второй мировой войны. Итальянские кондитеры искали способы использовать остатки шоколада и орехов, чтобы создать доступный и вкусный продукт. Одним из таких изобретений стала шоколадная паста на основе фундука и шоколада, которая быстро завоевала популярность благодаря своему приятному вкусу и питательности.

В настоящее время шоколадная паста остаётся одним из любимых сладких продуктов во многих странах мира. Она используется как самостоятельный продукт для бутербродов, добавляется в десерты, торты и выпечку. В магазинах представлено огромное разнообразие шоколадных паст, начиная от классической нутеллы и заканчивая продуктами с добавлением орехов, фруктов и других ингредиентов. Кроме того, многие предпочитают делать домашнюю шоколадную пасту, экспериментируя с разными ингредиентами и рецептами.

Ознакомление работы на оборудовании «Блендер стационарный:» изучение мер предосторожности при работе с устройством; технические характеристики устройства; правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход. Инструктаж по Т.Б.

Практика

Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи.

Организация рабочего места.

Подбор используемого инвентаря, инструментов.

Изучение технологической карты приготовляемого блюда.

Сроки и правила хранения готового блюда.

Подбор продуктов.

Самостоятельное приготовление блюда.

Технологическая карта приготовления кондитерского изделия «Шоколадная паста».

ингредиенты:

- Сахар – 400 грамм
- Какао-порошок – 120 грамм
- Молоко – 600 мл
- Мука – 60 грамм
- Масло сливочное – 180 грамм
- Ванилин – 1 пакетик

Процесс приготовления:

1. В глубокой кастрюле смешайте сахар, какао-порошок и муку.
2. Постепенно добавляйте молоко, тщательно перемешивая, чтобы не было комочков.
3. Поставьте кастрюлю на средний огонь и варите смесь, постоянно помешивая, пока она не загустеет.
4. Снимите кастрюлю с огня и добавьте ванилин и сливочное масло. Хорошо перемешайте до однородной массы.
5. Перелейте пасту в банку и дайте ей остыть. Храните в холодильнике.

Шоколадная паста с бананом

Ингредиенты

- бананы – 2-3 штуки
- горький шоколад – 100 грамм
- миндаль – 50 грамм
- молоко – 2 столовые ложки

Процесс приготовления:

1. Разломайте горький шоколад на кусочки и растопите его на водяной бане или в микроволновой печи.
2. Измельчите миндаль в блендере или кофемолке.
3. Очищенные бананы разомните в пюре.
4. Смешайте растопленный шоколад, банановое пюре, измельченный миндаль и молоко. Взбейте до однородности.

5. Переложите пасту в емкость и охладите в течение нескольких часов.

Заключительная часть: Сервировка стола, подача и дегустация, анализ полученного блюда, запись рецепта уборка рабочих мест, спецодежды.

С правилами работы на оборудовании печь электрическая, правилами и условиями эксплуатации, обслуживание и уход, инструктаж по Т.Б. Прививать практические кулинарные навыки. Расширять кругозор, обогащать словарный запас.

Приложение №4

Занятие 4. Тема: «Куриные крылья гриль»

Цель. Учить участников правилам работы на оборудовании «Универсальный пекарь»: изучить меры предосторожности при работе с устройством; технические характеристики устройства; правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход.

Изучить инструктаж по Т.Б. Учить приготовлению блюда «*Куриные крылья гриль*», знакомить с технологией приготовления и подачей готового блюда, требованиями к качеству готового блюда, условиями и срокам хранения готового продукта. Прививать практические кулинарные навыки, расширять кругозор, обогащать словарный запас.

Введение Приветствие. Организационный момент. Сообщение темы занятия.

Теория: Историческая справка.

Крылья гриль имеют *долгую историю* и происходят из разных культур и регионов. Истоки этого блюда можно найти в Америке, где куриные крылышки стали популярным блюдом в ресторанах и барах. Особенно это связано с появлением стиля барбекю в южных штатах США, где крылья стали неотъемлемой частью меню.

Первое письменное упоминание о крыльях гриль датируется серединой XX века, когда они стали популярным блюдом в американских заведениях быстрого питания и барах. С тех пор крылья гриль распространились по всему миру и стали популярным блюдом в ресторанах и домашних кухнях.

Сегодня крылья гриль остаются популярным блюдом во многих культурах и регионах мира. Их любят за их сочную текстуру, хрустящую корочку и возможность экспериментировать с различными маринадами и соусам

Секреты шеф-повара при приготовлении крыльев куриных гриль:

- **Использование качественных ингредиентов:** выбирайте свежие и качественные куриные крылышки, маринады и специи.
- **Правильное маринование:** маринуйте крылья достаточно долго, чтобы они полностью пропитались ароматами маринада. Обычно рекомендуется оставлять их на ночь в холодильнике.
- **Для куриных крылышек подходят следующие маринады:**
 - ✓ Медово-горчичный маринад: смешать мед, дижонскую горчицу, соевый соус, чеснок и лимонный сок.

- ✓ Маринад терияки: смешать соевый соус, мед, рисовый уксус, чеснок и имбирь.
- ✓ Маринад барбекю: смешать кетчуп, мед, соевый соус, чеснок и лимонный сок.
- ✓ Маринад медово-лимонный: смешать мед, лимонный сок, чеснок и розмарин.
- ✓ Маринад азиатский: смешать соевый соус, кунжутное масло, чеснок, имбирь и сок лайма.
- ✓ Маринад карри: смешать йогурт, лимонный сок, куркуму, имбирь и чеснок.
- ✓ Маринад чесночно-имбирный: смешать оливковое масло, чеснок, имбирь, лимонный сок и паприку.

Эти маринады придадут куриным крылышкам уникальный вкус и аромат.

- **Глазирование:** перед окончанием приготовления на гриле можно смазать крылья маринадом или соусом, чтобы они приобрели дополнительный блеск и аромат.
- **Подача:** подавайте крылья горячими, с соответствующими соусами и гарнирами. Это может быть свежая зелень, овощи гриль или картофельный салат.
- **Эксперименты с маринадами и соусами:** пробуйте разные комбинации маринадов и соусов, чтобы найти свой идеальный вкус.
- **К куриным крылышкам лучше всего подходят следующие соусы:**
 - ✓ Барбекю: традиционный соус для крыльев гриль, придающий блюду сладковатый и дымный вкус.
 - ✓ Терияки: соевый соус с медом и имбирем, который подчеркивает азиатские нотки блюда.
 - ✓ Хумус: густой соус из нута с чесноком и лимоном, который добавит свежести и пикантности.
 - ✓ Цитрусовый соус: смесь лимонного сока, меда и перца чили, которая освежит вкус крыльев.
 - ✓ Айоли: чесночный соус на основе майонеза, который подчеркнет вкус курицы.
 - ✓ Сливочно-горчичный соус: соус из сливок, горчицы и лимонного сока, который придаст крыльям нежный вкус.

Эти соусы можно подавать отдельно или использовать для маринования крыльев перед приготовлением.

Практика

Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи.

Организация рабочего места.

Подбор используемого инвентаря, инструментов.

Изучение технологической карты приготовляемого блюда.

Сроки и правила хранения готового блюда.

Подбор продуктов.

Самостоятельное приготовление блюда.

Технологическая карта приготовления блюда «Куриные крылья гриль»

Ингредиенты (2 порции)

- Куриные крылья — 300 г.
- Масло подсолнечное — 10 мл.
- Чеснок — 10 г.
- Острый перец — 2 г.
- Соль — по вкусу.

Процесс приготовления:

1. Промойте крылышки, затем уберите лишнюю влагу с помощью бумажного полотенца. Если у крылышек присутствует третья фаланга, отрежьте ее, чтобы избежать пригорания.

2. Измельчите чеснок, смешайте его с острым перцем и добавьте к крылышкам.

Затем добавьте масло, посолите. Оставьте крылышки в получившемся маринаде на 15 минут.

3. Установите в универсальный пекарь панель для гриля. Закройте крышку и дождитесь, когда загорится зеленый индикатор. Откройте крышку, выложите крылышки на панель. Готовьте 15–17 минут при закрытой крышке

Заключительная часть: Сервировка стола, дегустация, анализ полученного блюда. Запись рецепта. Уборка рабочих мест, спецодежды.

Приложение №5

Занятие 5. Тема: «Шоколадные вафли»

Цель: учить участников правилам работы на оборудовании «Универсальный пекарь»: изучить меры предосторожности при работе с устройством; технические характеристики устройства; правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход.

Изучить инструктаж по Т.Б. Учить приготовлению кондитерского изделия «*Шоколадные вафли*», знакомить с технологией приготовления и подачей готового блюда, изучить требованиями к качеству готового блюда, условиями и срокам хранения готового продукта. Знакомить с видами теста для приготовления вафель. Прививать практические кулинарные навыки, расширять кругозор, обогащать словарный запас.

Введение Приветствие. Организационный момент. Сообщение темы занятия. Ознакомление с правилами работы на оборудовании печь электрическая, правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход, инструктаж по Т.Б

Теория *Краткая историческая справка*

История вафель уходит корнями в глубокую древность. Первое упоминание о вафлях встречается в древнем Риме, где их делали из пшеничной муки, меда и масла. Эти ранние вафли были скорее похожи на современные блины.

Средневековая Европа стала свидетелем появления первых настоящих вафель. Их готовили на специальных железных плитах с углублениями, которые напоминали современную вафельную форму. Вафли стали популярным лакомством на ярмарках и праздниках.

В XVI веке вафли попали в Северную Америку, где они получили новые интерпретации и вариации. В частности, в Нидерландах появились так называемые голландские вафли, которые стали известны во всем мире.

В XIX веке вафли стали популярным десертом в США, где их начали подавать с различными топпингами, такими как сиропы, взбитые сливки и фрукты. Именно тогда появилась знаменитая вафельница, которая позволяла быстро и равномерно пропекать вафли.

Сегодня вафли продолжают оставаться любимым лакомством во многих странах мира. Они бывают самых разных форм, размеров и вкусов, включая бельгийские, американские, венские и многие другие.

Виды теста для вафель могут варьироваться в зависимости от региона, традиций и личных предпочтений. Однако, вот несколько основных видов теста для вафель:

1. **Сладкое тесто:** классический вариант для вафель, который включает в себя яйца, сахар, молоко и муку. Тесто может быть дополнено специями, такими как корица или ваниль, а также наполнителями, такими как шоколадная стружка или орехи.
2. **Кислое тесто:** популярный вариант в некоторых странах, например, в Нидерландах. Кислое тесто для вафель содержит дрожжи, молоко, муку и сахар. Этот вид теста позволяет получить пышные и воздушные вафли.
3. **Легкое тесто:** идеально подходит для тех, кто хочет снизить количество калорий в своем рационе. Легкое тесто для вафель обычно содержит меньше сахара и жира, чем традиционные варианты. Вместо обычного молока можно использовать обезжиренное или растительное молоко.

Каждый вид теста имеет свои уникальные характеристики и подходит для разных ситуаций и предпочтений.

Ознакомление работы на оборудовании «Универсальный пекарь:» изучение мер предосторожности при работе с устройством; технические характеристики устройства; правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход. Инструктаж по Т.Б.

Практика

Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи.

Организация рабочего места.

Подбор используемого инвентаря, инструментов.

Изучение технологической карты приготовляемого блюда.

Сроки и правила хранения готового блюда.

Подбор продуктов.

Самостоятельное приготовление блюда.

Технологическая карта приготовления кондитерского изделия «Шоколадные вафли»

Ингредиенты

-
- Мука пшеничная — 300 г.
 - Темный горький шоколад — 150 г.
 - Масло сливочное — 100 г.
 - Яйцо — 2 шт.
 - Сахар — 50 г.
 - Какао — 10 г.
 - Сахар ванильный — 5 г.
 - Соль — по вкусу.

Процесс приготовления

1. Растопите шоколад и сливочное масло.
2. Смешайте до однородной массы яйца, какао, сахар, ванильный сахар и соль. Затем добавьте к ним растопленный шоколад с маслом и муку. Снова тщательно перемешайте смесь.
3. Установите в универсальный пекарь панель для венских вафель. Закройте крышку и дождитесь, когда загорится зеленый индикатор. Откройте крышку и вложите тесто в формы. Готовьте при закрытой крышке 5–7 минут.

Заключительная часть: Сервировка стола, подача и дегустация, анализ полученного блюда, запись рецепта уборка рабочих мест, спецодежды.

Приложение №6

Занятие 6. Тема: «Лимонное печенье»

Цель: учить приготовлению *кондитерского* изделия «*Лимонное печенье*», знакомить с технологией приготовления и подачей готового блюда, требованиями к качеству г блюда, условиями и срокам хранения готового продукта, расширять кругозор, обогащать словарный запас, прививать практические кулинарные навыки.

Введение Приветствие. Организационный момент. Сообщение темы занятия
Ознакомление с правилами работы на оборудовании печь электрическая, правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход, инструктаж по Т.Б

Теория *Краткая историческая справка.*

История возникновения печенья начинается в Древнем Египте, где люди использовали зерновые и мед для приготовления плоских хлебцев, которые позже стали прототипами современного печенья.

В Средние века в Европе печенье стало популярным десертом, особенно на Рождество и Пасху. Его готовили из различных ингредиентов, включая муку, сахар, яйца и специи.

В XVII веке голландские иммигранты привезли свое печенье в Америку, где оно получило новое развитие и популярность. Американцы стали экспериментировать с новыми рецептами и ингредиентами, такими как шоколад и орехи.

В XIX веке промышленная революция привела к тому, что печенье стало массово производиться и продаваться в магазинах. Это сделало его доступным для широких масс населения. Сегодня печенье продолжает оставаться

одним из самых популярных десертов в мире, предлагающим огромное разнообразие вкусов и форм.

Существует множество видов теста для печенья, каждое из которых обладает своими уникальными характеристиками и подходит для разных типов печенья. Вот некоторые из них:

1. **Песочное тесто:** содержит большое количество жира (сливочного масла или маргарина), сахара и муки. Печенье из этого теста получается хрустящим и рассыпчатым.
2. **Слоеное тесто:** состоит из множества слоев, между которыми находятся жиры (например, сливочное масло). Слоеное тесто требует много времени и усилий для приготовления, но результат того стоит - печенье получается легким и воздушным.
3. **Бисквитное тесто:** обычно используется для печенья типа бисквитных печений или маффинов. Это тесто содержит большое количество яиц и сахара, что делает его мягким и нежным.
4. **Овсяное тесто:** содержит овсяные хлопья, которые придают печенью характерный вкус и текстуру. Это тесто часто используют для печенья с добавлением сухофруктов или орехов.
5. **Тесто на кефире:** содержит кефир вместо воды или молока, что придает печенью особую кислотность и нежность. Такое тесто подходит для печенья с фруктами или ягодами.
6. **Тесто на твороге:** содержит творог, который придает печенью богатый вкус и текстуру. Часто используется для печенья с добавлением шоколада или орехов.
7. **Заварное тесто:** это тесто заваривается на воде или молоке с добавлением масла и муки, а затем взбивается с яйцами. Из него получаются воздушные и легкие печенья.

Каждый вид теста имеет свои особенности и может использоваться для различных видов печенья, поэтому выбор зависит от ваших личных предпочтений и рецепта, который вы хотите приготовить.

Ознакомление работы на **оборудовании «Универсальный пекарь»:** изучение мер предосторожности при работе с устройством; технические характеристики устройства; правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход. Инструктаж по Т. Б.

Практика

Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи.

Организация рабочего места.

Подбор используемого инвентаря, инструментов.

Изучение технологической картыготавливаемого блюда.

Сроки и правила хранения готового блюда.

Подбор продуктов.

Самостоятельное приготовление блюда.

Технологическая карта приготовления кондитерского изделия «Лимонное печенье»

Ингредиенты

- Мука пшеничная — 400 г.
- Сахар — 200 г.
- Масло сливочное — 130 г.
- Яйцо — 2 шт.
- Цедра лимона — 22 г.
- Молоко — 100 мл.

Процесс приготовления

1. Натрите цедру лимона на мелкой терке. Растопите сливочное масло.
2. Перемешайте все ингредиенты.
3. Установите в универсальный пекарь панель для венских вафель. Закройте крышку и дождитесь, когда загорится зеленый индикатор. Откройте крышку и вложите тесто в формы. Готовьте при закрытой крышке 12–14 минут.

Заключительная часть: Сервировка стола, подача и дегустация, анализ полученного блюда, запись рецепта. уборка рабочих мест, спецодежды.

Приложение №7

Занятие 7. Тема: Закуска «Гарталетки с куриным паштетом»

Цель: учить приготовлению горячей закуски «Гарталетки с куриным паштетом», знакомить с технологией приготовления продуктов и подачей готового блюда, требованиями к качеству блюда, условиями и срокам хранения готового продукта, расширять кругозор, обогащать словарный запас, прививать практические кулинарные навыки.

Введение Приветствие. Организационный момент. Сообщение темы занятия. Ознакомление с правилами работы на оборудовании печь электрическая, правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход, инструктаж по Т.Б.

Теория

Куриное мясо — одна из важных составляющих здорового питания. Источник высококачественных, легкоусвояемых белков, витаминов, аминокислот, минералов, незаменимый материал для роста и функционирования любого организма, основа профилактики ряда заболеваний плюс ко всему прекрасный вкус — это далеко не полный список функций куриного мяса в нашем рационе. К тому же, если учесть, что в соответствии с последними исследованиями ученых именно мясо птицы обеспечивает полноценный баланс белка в организме среди основной массы населения восточноевропейских стран, то необходимость регулярного употребления куриного мяса становится еще более очевидной. **Польза куриного мяса.** Куриное мясо — вкусный, питательный, и в то же время низкокалорийный продукт, легко усваиваемый организмом человека. По количеству белка куриное мясо превосходит говядину и постную свинину. В мясе кур содержатся витамины А, В1, В2, никотиновая кислота и множество минеральных веществ. Куриное мясо — ценный высококалорийный диетический продукт с низким содержанием жира и высоким содержанием протеина. О пользе курино-

го мяса, легкого и питательного, известно давно. Его применение в разных национальных кухнях было связано с эффектом восстановления сил и укрепления иммунитета тяжело больных людей. Китайская медицина, например, настоятельно рекомендует мужской половине населения ежедневное употребление куриного мяса для увеличения физической силы.

Практика

Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи.

Организация рабочего места.

Подбор используемого инвентаря, инструментов.

Изучение технологической картыготавливаемого блюда.

Сроки и правила хранения готового блюда.

Подбор продуктов.

Самостоятельное приготовление блюда.

Технологическая карта приготовления закуски «Тарталетки с куриным паштетом»

Ингредиенты:

- Тарталетки или лаваш
- Яйца – 2 штуки
- Куриная грудка – 2 штуки, 400 г
- Лук – 1 штука
- Сливочное масло – 100 г
- Растительное масло – 1 ст.ложка
- Соль и перец по вкусу

Приготовление

1. Яйца отварите вкрутую за 10 минут. Остудите, очистите и нарежьте небольшими кусочками.

2. Куриную грудку отварите за 10-15 минут. Остудите.

3. Лук измельчите ножом. Обжарьте до мягкости и легкой румяности в сковороде с растительным маслом.

4. В блендере измельчите куриную грудку вместе с луком и сливочным маслом. Добавьте яйца с солью и перцем, взбейте еще раз.

5. Ложкой или через кондитерский мешок наполните тарталетки паштетом.

Украшение: мелко нарежьте зелень, посыпьте ею тарталетки. Подавайте горячими.

Заключительная часть Сервировка стола, подача и дегустация, анализ приготовленного блюда, запись рецепта. уборка рабочих мест, спецодежды.

Приложение №8

Занятие 8. Тема: «Салат из курицы с корейской морковью»

Цель. Учить приготовлению салата «Салат из курицы с корейской морковью» знакомить с технологией приготовления продуктов и подачей готового блюда, требованиями к качеству готового блюда, условиями и срокам хране-

ния готового продукта, расширять кругозор, обогащать словарный запас, прививать практические кулинарные навыки.

Введение Приветствие. Организационный момент. Сообщение темы занятия
Ознакомление с правилами работы на оборудовании печь электрическая, правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход, инструктаж по Т.Б.

Теория. Овощи как незаменимый продукт питания.

Овощи играют важную роль в поддержании здоровья организма.

Овощи содержат витамины А, С, К и группы В, а также минералы, такие как калий, магний, железо и кальций. Эти вещества необходимы для нормального функционирования организма, включая здоровье кожи, волос, глаз и костей:

- ✓ Овощи богаты клетчаткой, которая помогает регулировать работу желудочно-кишечного тракта, снижает уровень холестерина и поддерживает стабильный уровень сахара в крови. Многие овощи содержат антиоксиданты, которые защищают клетки от повреждения свободными радикалами, снижают риск хронических заболеваний и замедляют процессы старения.
- ✓ Овощи содержат значительное количество воды, что помогает поддерживать гидратацию организма и улучшает обмен веществ.
- ✓ Овощи содержат фитонутриенты: эти природные соединения в овощах обладают противовоспалительными, противораковыми и антибактериальными свойствами, что помогает укреплять иммунную систему и защищать организм от болезней.

Регулярное употребление разнообразных овощей помогает поддерживать общее здоровье и профилактику различных заболеваний.

Основные требования к приготовлению салатов включают:

Свежесть ингредиентов: использование свежих, высококачественных овощей, зелени и других ингредиентов.

Чистота: тщательная промывка и обработка всех ингредиентов перед использованием.

Хранение: правильное хранение ингредиентов до момента приготовления, чтобы избежать порчи.

Гигиена: строгое соблюдение правил личной гигиены, включая мытье рук перед работой с продуктами.

Температурный режим: поддержание надлежащего температурного режима для хранения и приготовления ингредиентов.

Сроки годности: учет сроков годности ингредиентов и готового продукта.

Техника безопасности: соблюдение мер предосторожности при работе с острыми инструментами и горячими поверхностями.

: адаптация рецепта под индивидуальные предпочтения и медицинские **Индивидуальные потребности** показания (например, исключение определенных ингредиентов для аллергиков).

Эстетика: презентация салата должна быть привлекательной и аппетитной.

Вкус: баланс вкусов и текстур в салате для достижения гармоничного вкуса.

Практика.

Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи.

Организация рабочего места.

Подбор используемого инвентаря, инструментов.

Изучение технологической карты приготовляемого блюда.

Сроки и правила хранения готового блюда.

Подбор продуктов.

Самостоятельное приготовление блюда.

Технологическая карта приготовления «Салат из курицы с корейской морковью»

Ингредиенты

- Курица отварная – 300 грамм
- Корейская морковь – 200 грамм
- Яйца - 4 шт.
- Картофель – 2 шт.
- Майонез – 100 грамм
- Огурец маринованный – 3шт.
- Консервированная кукуруза – 150 грамм
- Соль, перец по вкусу
- Заправка для корейской моркови

Приготовление.

1. Морковь натереть на терке, добавить заправку для моркови, дать настояться.

2. Отварить картошку, яйца. Натереть на крупной терке.

3. Курицу, огурцы нарезать соломкой.

4. Смешать все ингредиенты, добавить кукурузу, майонез, соль по вкусу.

Заключительная часть Сервировка стола, подача и дегустация, анализ приготовленного блюда, запись рецепта. уборка рабочих мест, спецодежды.

Приложение №9

Занятие 9. Тема: «Заливное из курицы под соусом»

Цель. Учить приготовлению блюда "*Заливное из курицы под соусом*", учить приготовлению соуса. Знакомить с технологией приготовления и подачей готового блюда, требованиями к качеству готового блюда, условиями и срокам хранения готового продукта. Знакомить с основными секретами приготовления заливного. Расширять кругозор, обогащать словарный запас, прививать практические кулинарные навыки.

Введение Приветствие. Организационный момент. Сообщение темы занятия. Ознакомление с правилами работы на оборудовании печь электрическая, правила и условия эксплуатации, обслуживание и уход, инструктаж по Т.Б.

Теория. Историческая справка. Блюдо "*Заливное из курицы под соусом*" имеет русские корни и является частью традиционной русской кухни. Оно появилось как способ использования остатков мяса после приготовления бу-

льонов и супов. Изначально заливное готовилось из говядины или рыбы, но позже стали использовать и куриное мясо, которое было более доступным и легким в приготовлении.

Заливные блюда были популярны среди знати и дворянства, где они украшались различными овощами, зеленью и специями. Со временем рецепт стал более простым и доступным для широких слоев населения. Сегодня "Заливное из курицы" остается популярным блюдом на праздничных столах и считается одним из классических блюд русской кухни.

Секреты по приготовлению заливного от шеф-повара.

- ✓ **Выбор качественного мяса:** Используйте свежую курицу или качественные куриные части. Лучше всего подойдут грудка или бедро, так как они содержат достаточно жира для насыщенного вкуса.
- ✓ **Правильный бульон:** Бульон – основа заливного. Чтобы он был прозрачным и ароматным, варите его на медленном огне, снимая пену. Добавляйте овощи (лук, морковь, сельдерей) и специи (лавровый лист, перец горошком) для усиления вкуса.
- ✓ **Процеживание бульона:** после варки процедите бульон через марлю или мелкое сито, чтобы избавиться от мелких частиц и сделать его максимально прозрачным.
- ✓ **Использование желатина:** для правильного загустения используйте высококачественный желатин. Следуйте инструкциям на упаковке, чтобы избежать комочков и добиться нужной консистенции.
- ✓ **Температура желатина:** Растворяйте желатин в теплом, но не кипящем бульоне. Высокая температура может разрушить структуру желатина и ухудшить консистенцию заливного.
- ✓ **Украшение заливного:** для украшения используйте нарезанные овощи (морковь, болгарский перец, зеленый горошек), зелень (укроп, петрушка) и яйца. Эти элементы добавят яркости и сделают блюдо более аппетитным.

Время охлаждения: Охлаждайте заливное в холодильнике минимум 4-6 часов, чтобы оно полностью застыло. Не ставьте его в морозильник, иначе структура может измениться.

Соус для подачи: Подавайте заливное с соусом на основе майонеза, горчицы и лимона. Это придаст блюду дополнительную пикантность и сочность.

Практика

Санитарно-гигиенические требования к приготовлению пищи.

Организация рабочего места.

Подбор используемого инвентаря, инструментов.

Изучение технологической картыготавливаемого блюда.

Сроки и правила хранения готового блюда.

Подбор продуктов.

Самостоятельное приготовление блюда.

Технологическая карта приготовления «Заливное с курицей под соусом».

Ингредиенты:

Курица (целая или части) – 1 кг.
Вода – 2 литра
Лук репчатый – 1 шт.
Морковь – 1 шт.
Чеснок – 2 зубчика
Желатин – 30 грамм
Соль – по вкусу
Перец черный горошком – 5-6 штук
Лавровый лист – 2 штуки
Зелень (укроп, петрушка) – по желанию

Процесс приготовления:

Подготовка ингредиентов:

Промойте курицу холодной водой и обсушите бумажными полотенцами.

Очистите лук и морковь, нарежьте крупными кусочками.

Измельчите чеснок.

Варим бульон:

Положите курицу в кастрюлю, залейте холодной водой.

Добавьте лук, морковь, чеснок, лавровый лист, перец горошком.

Доведите до кипения, снимите пену и варите на медленном огне около 1,5 часов.

За 10 минут до окончания варки добавьте соль по вкусу.

Охлаждение и подготовка мяса:

Выньте курицу из кастрюли и дайте остыть.

Отделите мясо от костей и нарежьте небольшими кусочками или разберите на волокна.

Процеживание бульона:

Процедите бульон через марлю или мелкое сито, чтобы удалить специи и овощи.

Растворение желатина:

Замочите желатин в небольшом количестве холодной воды на 10-15 минут.

Нагрейте часть процеженного бульона до горячего состояния, но не доводите до кипения.

Растворите желатин в горячем бульоне, тщательно перемешайте.

Соедините растворенный желатин с остальным бульоном.

Формовка заливного:

Разложите кусочки куриного мяса в формы или глубокие тарелки.

Залейте мясо подготовленным бульоном с желатином.

Охладите заливное в холодильнике до полного застывания (около 4-6 часов).

Соус для заливного

Ингредиенты:

Майонез – 100 грамм

Горчица – 1 чайная ложка

Лимонный сок – 1 столовая ложка

Чеснок – 1 зубчик

Укроп свежий – небольшой пучок

Процесс приготовления:

Смешайте майонез, горчицу и лимонный сок в миске.

Измельчите укроп и чеснок, добавьте в соус.

Хорошо перемешайте все ингредиенты до однородной консистенции.

Подача:

Аккуратно выньте заливное из формы, подавайте на тарелке.

Подавайте соус отдельно или нанесите сверху на заливное перед подачей

Заключительная часть: Сервировка стола, подача и дегустация, анализ полученного блюда, запись рецепта. уборка рабочих мест, спецодежды.