

Министерство образования и науки Хабаровского края  
Краевое государственное бюджетное образовательное учреждение  
«Хабаровский краевой центр внешкольной работы «Созвездие»

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор  
КГБОУ

«Хабаровский краевой  
центр внешкольной работы  
«Созвездие»

А.Е. Волостникова

Приказ № 01-09/556

от «06» декабря 2019 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Поварское дело»**

Возраст обучающихся: 14 – 17 лет  
Продолжительность реализации  
программы: 6 дней

Автор программы:  
Лукашенко Елена Леонидовна,  
начальник комбината питания.

Место реализации:  
Хабаровский край, р. п. Переяславка,  
дружина «Созвездие»

г. Хабаровск, 2019 г.

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Поварское дело» предусматривает расширение и углубление знаний у обучающихся, а также овладение практическими навыками, необходимыми в профессии повара.

Профессия повара имеет несколько направлений деятельности. Повар-кондитер занимается изготовлением сладостей. Эта специализация требует наличия развитой фантазии и тонкого художественного вкуса, так как очень важно не только приготовить кондитерское изделие, но и интересно украсить его. Повар-технолог принимает сырье, следит за его качеством, отмеряет необходимое количество продуктов согласно порциям, а также следит за соблюдением рецептуры и калорийности питания. В его обязанности входит собственно правильная организация процесса приготовления пищи. Шеф-повар сочетает в себе функции администратора и повара. То есть, он не только составляет меню, готовит заявки для закупки продуктов, курирует работу других поваров, наблюдает за процессом приготовления пищи. Это еще и профессионал высокого класса, который изобретает новые блюда и улучшает существующие рецепты, неотъемлемыми чертами характера которого являются креативность и оригинальность.

Сфера общественного питания предлагает поварам обширный и интересный диапазон вакансий. Хотя обязанности повара могут варьироваться в зависимости от типа учреждения, где он трудится, повар всегда отвечает за приготовление аппетитных и питательных блюд, придерживаясь отведенного бюджета. Повар планирует меню, готовит разнообразные блюда в соответствии с санитарными нормами, а также управляет кухней в целом. Также в сферу ответственности повара входит соблюдение техники безопасности и санитарных норм.

**Направленность программы:** социально-педагогическая

**Новизна программы** дополнительной общеразвивающей программы «Поварское дело» основана на комплексном подходе к подготовке обучающегося к выбору профессиональной деятельности с учетом современных социально-экономических требований; программа является практикоориентированной.

**Актуальность:** профессия повара является одной из самых популярных и востребованных в мире. Приготовить что-то быстро и даже вкусно может каждый, но повара делают с продуктами нечто большее. Они не просто следуют требованиям рецепта, в нужной пропорции смешивая ингредиенты и доводя продукты до готовности. Обширные познания в сфере физиологии, химии, изобразительного искусства, а также чувство меры и особая интуиция формируют то, что мы называем кулинарными шедеврами. На этот профессиональный вид деятельности имеется постоянный спрос на рынке труда, всегда есть вероятность профессионального роста и получение навыков полезных в повседневной жизни.

**Особенность программы** в том, что в ходе ее реализации, обучающиеся получают не только знания, как приготовить пищу, но и основы профессии, востребованной в современных социально-экономических условиях.

**Педагогическая целесообразность** программы в том, что в ходе ее освоения реализуются компетентностный и практикоориентированный подходы. Комплексные и практические занятия позволяют закрепить полученные в ходе освоения программы теоретические знания основ профессиональной деятельности в области электромонтажных работ.

**Цель:** формирование профессиональных умений и практических навыков обучающихся в области поварского дела.

**Задачи:**

1. Сформировать умения и навыки подготовки, обработки приправами, приготовления и подачи на стол различных блюд согласно рецепту.

2. Обеспечить работу с поварским оборудованием после надлежащего ознакомления с ним.

3. Обучить подаче на стол блюда в соответствии с характеристиками и правилами.

4. Сформировать понимание технологий и умение готовить кондитерские изделия и выпечку согласно полученным критериям.

5. Воспитать способность к эффективной коммуникации и сотрудничеству с участниками поварской бригады.

Программа адресована обучающимся 14-17 лет.

Наполняемость групп: до 10 человек.

Сроки реализации программы: 6 дней.

Формы организации деятельности обучающихся: работа по подгруппам.

Методы обучения: словесный (объяснение), наглядный (показ педагогом приемов исполнения, наблюдение), практический.

Форма проведения занятий: практическое занятие.

Режим занятий: по 4 учебных часа каждый день.

**Ожидаемые результаты:**

1. У обучающихся будут сформированы умения и навыки подготовки, обработки приправами, приготовления и подачи на стол различных блюд согласно рецепту.

2. Будут созданы условия для работы с поварским оборудованием после надлежащего ознакомления с ним обучающихся.

3. Обучающиеся будут уметь подавать на стол блюда в соответствии с характеристиками и правилами.

4. У обучающихся будет сформировано понимание технологий и умение готовить кондитерские изделия и выпечку согласно полученным критериям.

5. Обучающиеся будут способны к эффективной коммуникации и сотрудничеству с участниками поварской бригады.

**Способы определения результативности:** критерии оценки конкурсного задания.

**Форма подведения итогов реализации программы:** конкурс.

## 2. Учебный план

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	"Химия в продуктах питания", роль микроэлементов и витаминов в питании.	4	5,0	3,5
2.	Мясной торт: новый тренд кулинарного искусства	4	0,5	3,5
3.	Вертуты молдавские.	4		4
4.	Французский луковый суп	4		4
5.	Напитки.	4		4
6.	Конкурс	4		4,0
	Итого часов:	24	1	23,0

## 3. Содержание программы:

**Тема 1: "Химия в продуктах питания", роль микроэлементов и витаминов в питании.**

### **Теория.**

Из чего состоит то, что мы едим?

Специалисты договорились считать, что «пищевые добавки — это общее название природных или синтетических химических веществ, добавляемых в продукты питания с целью придания им определенных свойств (улучшения вкуса и запаха, повышения питательной ценности, предотвращения порчи продукта и т. д.), которые не употребляются в качестве самостоятельных пищевых продуктов».

Красители, эмульгаторы, уплотнители, загустители присутствуют теперь буквально во всем. Производители продуктов питания используют несколько из 14 000 добавок, чтобы наша пища казалась свежее, привлекательнее или хранилась дольше. В то время как некоторые добавки безопасны, другие вызывают аллергию от крапивницы и астмы до тошноты и головных болей у некоторых людей. Большинство экспертов рекомендуют избегать пищевых продуктов в которых более пяти или шести добавок или название добавки более чем из пяти слогов и покупать пищевые продукты, которые содержат натуральные пищевые добавки из фруктов и овощей.

### **Опасные пищевые добавки**

Каждая страна мира имеет свои стандарты по содержанию пищевых добавок в продуктах питания, особенно таких, которые могут нанести вред здоровью человека. Многие нормы применения пищевых добавок в России ниже их аналогов в зарубежных странах, поэтому люди должны обладать информацией о том, что отдельные пищевые добавки в импортных продуктах питания могут вызывать желудочно-кишечные расстройства, аллергию, некоторые являются канцерогенами, т.е. далеко не безопасны для здоровья.

Такие авторитетные органы, как Госсанэпиднадзор и Общество защиты прав потребителей не рекомендуют употреблять продукты питания, содержащие добавки с маркировкой:

Е 131, Е 141, Е 215-Е 218, Е 230-Е 232, Е 239 являются аллергенами;

Е 121, Е 123 способны вызывать желудочно-кишечные расстройства, а в больших дозах- пищевые отравления.

Е 211, Е 240, Е 330, Е422 содержат канцерогены, т.е. могут провоцировать образование опухолей.

### **Практика. Проведение тестов на определение обеспеченности микроэлементами и витаминами**

#### **Тест на обеспеченность кальцием**

Вопрос	Да	Нет
Страдаете ли вы остеопорозом?		
Бывает ли у вас аллергия, например, на солнце?		
Часто ли у вас бывают судороги?		
Выпиваете ли вы ежедневно меньше 1 стакана молока?		
Употребляете ли вы мало таких молочных продуктов, как йогурт или сыр?		
Пьете ли вы ежедневно напитки типа “Кола”?		
Употребляете ли вы мало зеленых овощей?		
Вы едите много мяса и колбасы?		

#### **Тест на обеспеченность калием**

Вопрос	Да	Нет
Страдаете ли вы мышечной слабостью?		
Повышено ли у вас давление?		
Склонны ли вы к отекам?		
Страдаете ли вы от пассивной деятельности кишечника?		
Принимаете ли вы регулярно мочегонные препараты?		
Занимаетесь ли вы активно спортом?		
Едите ли вы мало свежих фруктов?		
Редко ли салат и овощи попадают на ваш стол?		
Едите ли вы мало картофеля?		

Во время готовки картофеля и овощей используете ли вы длительную тепловую обработку?		
Редко ли вы употребляете фруктовые и овощные соки?		
Редко ли вы едите сухофрукты?		

#### **Тест на обеспеченность железом**

Вопрос	Да	Нет
Часто ли вы чувствуете усталость и подавленность?		
Шероховатая ли у вас кожа, ломкие волосы, есть ли вмятины на ногтях?		
Теряете ли вы в последнее время много крови, например, в авариях или через донорство?		
Занимаетесь ли вы профессиональным спортом?		
Редко ли вы употребляете мясо?		
Выпиваете ли вы более трех чашек кофе или черного чая в день?		
Едите ли вы мало овощей?		

#### **Тест на обеспеченность витамином А**

Вопрос	Да	Нет
Страдаете ли вы “куриной слепотой”?		
Много ли вы работаете с компьютером?		
Ваша кожа сухая, шелушащаяся?		
Страдаете ли вы повышенной восприимчивостью к инфекции?		
Вы редко едите овощи темно-зеленого цвет, такие, как листовой салат, зеленая капуста, шпинат?		
Редко ли в ваше меню попадают сладкий перец, морковь помидоры?		

#### **Тест на обеспеченность витамином Д**

Вопрос	Да	Нет
Страдаете ли вы остеопорозом		
Избегаете ли вы солнца?		
Вы едите мало рыбы, мяса, яиц?		
Избегаете ли вы масла или маргарина?		
Вы не едите грибы?		

#### **Тест на обеспеченность витаминами группы В**

Вопрос	Да	Нет
Часто ли вы чувствуете себя неспособным к деятельности и лишенным энергии?		
Легко ли вы раздражаетесь?		
Часто ли вы подвергаетесь стрессам?		
Есть ли у вас проблемы с кожей, например, сухость, трещины в уголках рта?		
Отдаете ли вы предпочтение продуктам из муки грубого помола?		
Вы не едите мясо вообще?		

#### **Тест на обеспеченность витамином Е**

Вопрос	Да	Нет
Страдаете ли вы нарушением кровоснабжения?		
У вас слабые соединительные ткани?		
Образуются ли у вас при повреждениях некрасивые шрамы?		
Часто ли вы бываете на солнце?		
Вы курите?		
Часто ли вы подвергаетесь воздействию смога или выхлопных газов?		
Часто ли вы употребляете растительные масла?		
Вы не употребляете в пищу растительный маргарин?		
Вы не употребляете продукты из муки грубого помола?		

#### **Тест на обеспеченность витамином С**

Вопрос	Да	Нет
Страдаете ли вы частыми простудами?		
Часто ли вы принимаете ацетилсалициловую кислоту и обезболивающие?		
Редко ли вы едите свежие овощи?		
Вы едите мало сырых салатов?		
Часто ли вы едите сохраняющуюся в тепле или разогретую еду?		
Вы варите овощи и картофель в большом количестве воды?		

## **Анализ результатов тестирования**

Если на большинство вопросов человек ответил отрицательно, следовательно по этому витамину или микроэлементу у него проблем нет.

Тем, у кого выявился недостаток витаминов и минералов в организме, предлагается с помощью справочных таблиц уяснить, какие продукты питания восполнят их недостаток.

### **КАЛЬЦИЙ (Ca) – “зодчий костей”**

Выполняет структурную и пластическую функции в организме: является важнейшим компонентом системы свертывания крови, активизирует ряд ферментов и гормонов, необходим для проведения нервного импульса и сокращения мышц, придает прочность костям и зубам.

#### **Пищевые источники кальция:**

молочные продукты, сыр, творог, семена кунжута, орехи, петрушка, капуста, рыба, фасоль.

### **КАЛИЙ (K) – “хранитель тонуса”**

Калий необходим для нормального обмена веществ в тканях, для работы сердца, почек, мозга, печени, эндокринных желез, для поддержания нормального мышечного тонуса и артериального давления.

#### **Пищевые источники калия:**

Абрикосы, картофель, дыня, фасоль, изюм, камбала, сардины, соя, кабачки, помидоры, бананы, молоко, печень, цитрусовые.

### **ЖЕЛЕЗО (Fe) – “строитель гемоглобина”**

Железо необходимо в организме для синтеза красных клеток крови – эритроцитов и гемоглобина, для синтеза клеток иммунной системы.

#### **Пищевые источники железа:**

Красное мясо (говядина), почки и печень, грибы, бобовые, пивные дрожжи, какао, соя, тыква, зелень, ржаной хлеб, морковь, морская рыба, яйца.

### **ВИТАМИН С**

Стимулирует работу центральной нервной системы, улучшает общее самочувствие и настроение, повышает сопротивляемость организма многим неблагоприятным факторам-инфекциям, интоксикациям химическими веществами.

#### **Основные источники витамина С:**

Свежие овощи и фрукты: капуста, щавель, редис, кабачки, редька, зеленый лук, черноплодная рябина, цитрусовые, клубника, земляника, а так же квашеная капуста, проросшие зерна ржи, пшеницы и гороха, смородина, шиповник.

### **ВИТАМИН А**

Необходим для острого зрения, для нормального обмена белков и углеводов в организме. Он обеспечивает работу желез внутренней секреции-надпочечников и поджелудочной железы. Он так же повышает сопротивляемость организма инфекционным заболеваниям, нормализует развитие яйцеклетки.

#### **Основные источники витамина А:**

Морковь, желтый картофель, томаты, листья петрушки, абрикос, кукуруза, шпинат, перец, грейпфрут и другие ярко окрашенные овощи и фрукты.

### **ВИТАМИН Д**

Оказывает влияние на обмен веществ, костеобразование, регулирует обмен фосфора и кальция, ускоряет их всасывание в кишечнике, обеспечивает перенос кальция из крови в костную ткань.

#### **Основные источники витамина Д:**

Печень трески, солнечный свет.

### **ВИТАМИН Е**

**(витамин молодости и красоты)**

Играет важную роль в воспроизводительной функции организма, способствует нормальному течению беременности и развитию плода, а так же является мощным антиоксидантом.

#### **Основные источники витамина Е:**

Растительные масла, сливочное масло, овес, печень трески, сельдь, скумбрия, крупы, орехи, говядина, бобовые, облепиха, черноплодная рябина, шиповник, смородина, салат, яичный желток.

### **ВИТАМИНЫ группы В**

Повышают сексуальную активность, стимулирует иммунитет, повышают устойчивость организма к инфекциям, необходимы для обновления и деления клеток, улучшают усвоение пищи.

#### **Основные источники витаминов группы В:**

Бобы, мясо, рыба, картофель, зерно грубого помола, пивные дрожжи, печень, яйца, отруби, черника, клюква, кабачки, тыква, капуста брокколи, грибы.

Итак, человек встречается с химией на каждом шагу. Наша жизнь, здоровье,

## **Тема 2: Мясной торт: новый тренд кулинарного искусства**

Закусочный торт - это беспроигрышная комбинация вкуса несладкой закуски с выдающимся оформлением, присущим большинству праздничных тортов. Закусочный торт будет уместен на любом торжестве (кроме детского дня рождения, наверное), причём гости точно заметят и надолго запомнят такое угощение. В состав закусочных тортов можно включать любые продукты, включая чёрный хлеб, селедку и водоросли нори. Главное, чтобы продукты сочетались между собой по вкусу. Идеальный вариант закусочного торта для начала - ваша любимая закуска с выверенным составом ингредиентов и внешний вид любимого торта.

### **Практика.**

#### **Технология приготовления:**

Лепешки формируются ножом или высечкой нужного размера, прослаиваются сочетаемыми продуктами от выбранной темы «мясной» или «рыбный». Продукты соединить (или промазать лепешку) плавленным или творожным сыром, которые можно смешать с майонезом, горчицей, маслом сливочным – по вкусу. Прослоенные лепешки обмазать заправкой из любого сыра, майонеза, масла. Для формирования торта можно использовать картофельное пюре. Торт украсить зеленью, маслинами, лаймом, карамболой, физалисом - продуктами, который входит в состав торта либо сочетается с ними.

### **Тема 3: Вертуты молдавские.**

**Теория:** Молдавские вертуты — одна из визитных карточек традиционной молдавской кухни. Свои аналоги у этого блюда есть в кавказской кухне — ачма, в болгарской — баница или милины, а в немецкой — штрудель. Роднит эти блюда использование бездрожжевого вытяжного теста, которое еще многим известно под названием «фило».

При всей незамысловатости применяемых продуктов, молдавские вертуты — блюдо поистине праздничное. Многообразие начинок дает возможность разнообразить эту вкуснейшую слоеную выпечку.

Традиционные начинки для молдавских вертут это брынза, тушеная капуста, лук с яйцами, тыква и яблоко, сыр с зеленью, мясо

Перечень необходимых продуктов:

#### **Практика. Технология приготовления:**

##### Приготовление фарша:

Для вертуты **с тыквой**, тыкву натирают на терке, смешивают с сахаром.

**Вертута с сыром и зеленью** – сыр трет на терке, смешивают с нарубленной зеленью (петрушка, укроп).

**Вертута с зеленым луком** – зеленый лук и яйца нарезают, добавляют растопленного сливочное масло, соль.

**Вертута с капустой** – свежую капусту обжаривают с луком и морковью.

**Вертута с мясом** – обжаренный до полуготовности фарш остужают и смешивают с сырым яйцом до мажущей консистенции.

**Вертута из кураги с морковью** – курагу отваривают, измельчают, смешивают с натертой на мелкой терке морковью, сахаром.

##### Приготовление вертуты

Молдавская вертута готовится в виде рулета, который необходимо свернуть улиткой и запечь. Начинка может быть самая разнообразная. Тесто тонкое и слоистое, начинки много, что делает вкус этой выпечки еще более насыщенным и приятным.

готовое тесто смазать растительным маслом, завернуть жгутом фарш и свернуть в виде улитки. Изделие смазать яйцом или растительным маслом, запекать при температуре 180-200градусов 15-18минут.

### **Тема 4: Французский луковый суп**

**Теория.** Луковый суп – классический французский суп. Легенда гласит, что луковый суп впервые приготовил Людовик XV. Как-то ночью он захотел есть, но в его охотничьем домике не оказалось никаких продуктов, кроме лука, масла и шампанского. Король смешал все эти ингредиенты, и получился оригинальный луковый суп.

Сегодня луковый суп готовят на основе мясного, куриного или овощного бульона. Своим богатым ароматом суп обязан пассированному луку. Чтобы ярче проявились эти ароматы, лук пассировать надо долго. Для придания особого вкуса в луковый суп иногда добавляют белое сухое вино или херес и затем настаивают. Один из частых ингредиентов лукового супа – сыр.

Soupe à l'oignon во Франции всегда считался едой бедняков. Видимо, потому что в нем используется мясной бульон, а мяса нет – съедено богачами. Ведь и на Руси для простых людей раньше мясо не было обыденной едой: «Щи да каша – пища наша». Сейчас все перевернулось: богатые сплошь на вегетарианских диетах, а простые люди черпают энергию для трудовых будней в сытной мясной еде.

Подают луковый суп с гренками.

Успех лукового супа зависит от двух факторов - хорошего крепкого бульона и правильно приготовленной луковой основы. Не торопитесь, когда будете жарить лук, тогда сахар, содержащийся в нем, превратится в карамель. Лук станет сладким, мягким и слегка тягучим. И тогда вкус супа будет замечательным.

**Практика.** Очистите лук и нарежьте четвертинками колец. В толстостенной кастрюле растопите масло: 2 ст. л. оливкового и сливочное. Выложите лук, слегка посолите и посыпьте сахаром. Накройте кастрюлю крышкой и жарьте лук около 20 мин., несколько раз перемешав. Снимите крышку с кастрюли и продолжайте жарить лук, часто помешивая, на среднем огне, около 40 мин. Лук должен стать очень мягким, темно-карамельного цвета. Всыпьте в кастрюлю муку и жарьте, помешивая, 1 мин. Влейте бульон, добавьте листочки тимьяна и лавровый лист и доведите до кипения. Убавьте огонь до слабого. В конце удалите лавровый лист, посолите и поперчите. Разогрейте духовку до 160 °С. Застелите пергаментом противень и положите кусочки хлеба. Смажьте их оливковым маслом и поставьте в духовку, запекайте до золотистой корочки. Разлейте суп по порционным горшочкам. Сверху положите по куску поджаренного хлеба, слегка притопите его в супе, присыпьте тертым сыром. Включите в духовке-гриль и поставьте под него горшочки с супом. Запекайте до появления золотистой корочки, 5 мин.

## **Тема 5: Напитки.**

### Безалкогольный глинтвейн

Традиционный глинтвейн готовят из качественного красного вина с добавлением меда, кусочков апельсина, корицы, гвоздики и других пряностей.

Можно приготовить безалкогольный глинтвейн на основе сока: его вкусовые качества не сильно пострадают, зато пить его будут даже маленькие дети.

Есть определенные **правила приготовления любого глинтвейна**, неважно, алкогольного или безалкогольного:

- готовят глинтвейн в эмалированной или стальной посуде, но не в алюминиевой; необходимо следить за тем, чтобы напиток **не закипел** (в этом случае он будет испорчен), поэтому готовят глинтвейн всегда на медленном огне;
- глинтвейн нужно снимать сразу же с огня, после того, как пропадет появившаяся на его поверхности пенка, не дожидаясь кипения напитка.

Есть еще **5 хитростей**, которые помогут сделать глинтвейн невероятно вкусным:

- прежде всего нужно подогреть в кастрюле до кипения воду со специями для глинтвейна, кипятить 2 минуты и снять с огня;
- следующим этапом нужно добавить в воду со специями сахар и мед, размешать их до полного растворения, и только после этого вливать в кастрюлю основной ингредиент глинтвейна (в нашем случае это виноградный сок);
- для приготовления глинтвейна не используют мелко перемолотые специи, потому что когда вы будете фильтровать готовый напиток, от них будет непросто избавиться. Употребление глинтвейна с неотфильтрованными специями вряд ли будет приятным;
- для приготовления глинтвейна с великолепным вкусом и запахом используют только свежие фрукты;
- для разных людей оптимальное соотношение меда, сахара, фруктов и специй в глинтвейне будет разным, поэтому вы сами решаете сколько каких ингредиентов лучше всего положить в глинтвейн, исходя из своих вкусовых предпочтений.

### **Технология приготовления**

Берем эмалированную (или стальную) кастрюлю, наливаем в нее воду, добавляем все специи для глинтвейна (гвоздику, имбирь, корицу, душистый горошек). После закипания воды держим кастрюлю на огне пару минут, потом снимаем.

Добавляем в горячую воду сахар и мед, тщательно размешиваем, чтобы они растворились.

Наливаем в кастрюлю с водой и специями виноградный сок. Туда же отправляем нарезанные ломтиками яблоко, лимон и апельсин, всыпаем изюм.

Ставим глинтвейн на огонь и нагреваем до 70 градусов (над поверхностью глинтвейна должен появиться пар), но ни в коем случае не кипятим, не допускаем появления пузырьков на поверхности напитка.

Снимаем кастрюлю с плиты, даем глинтвейну немного остыть и настояться в течение 10 минут, после этого процеживаем.

В бокалы для аромата и красоты кладем по палочке корицы и кусочки апельсина и подаем глинтвейн к столу.

### Холодный банановый латте

Технология приготовления: Заварить кофе удобным вам способом. Можно залить кофе кипятком и затем его процедить. Полученный кофе охладить. Банан очистить от кожуры и нарезать кружочками. В чашу блендера выложить кусочки банана, влить охлажденный кофе. Взбить ингредиенты в блендере. Влить молоко, выложить кусочки льда в чашу блендера. И еще раз взбить все ингредиенты.

### Хушаф (молочный напиток из фиников)

Египетский напиток "Хушаф", известный также как "финиковое молоко", – простое и восхитительно вкусное лакомство для детей и взрослых. Приготовленный на основе фиников, уваренных до мягкости в молоке, напиток получается с натуральной сладостью и невероятно аппетитным сливочным вкусом с карамельными нотками, напоминающим мороженое крем-брюле.

#### **Технология приготовления:**

Чтобы приготовить напиток "Хушаф" из фиников и молока, подготовьте необходимые продукты. Финики лучше всего выбрать темные, сладкие, с косточкой. Такие плоды часто не самые привлекательные внешне, но обладают выраженной сладостью и насыщенным вкусом с медовыми нотками. Финики вымойте, обсушите и очистите от косточек. Поместите финики в сотейник и залейте молоком. Добавьте щепотку соли и на среднем огне доведите смесь до кипения. Когда молоко закипит, уменьшите огонь до минимума и варите молочный напиток с финиками 5 минут. Выключите огонь, добавьте в напиток ванильный сахар. Попробуйте и при необходимости добавьте сахар по вкусу. Хушаф можно процедить, отделив мякоть фиников, или измельчить финики блендером для получения более густого и питательного напитка. Затем охладить. Молочный напиток из фиников готов. Храните хушаф в холодильнике и подавайте охлажденным. Детям можно предложить напиток в теплом виде или комнатной температуры.

### Какао с маршмэллоу

Вкус и внешний вид этого чудесного напитка с воздушным зефиром и тёртым шоколадом окунает в атмосферу новогодних и рождественских праздников, согревает в холодное время года и поднимает настроение!

Технология приготовления: Поставьте молоко на плиту, доведите до кипения. Пока молоко закипает, смешайте в чашечке или другой маленькой ёмкости какао-порошок и сахар. Влейте в сухую смесь какао и сахара немного закипевшего молока (2-3 ст. ложки) и перемешайте, чтобы не было комочков. Перелейте разведённое какао обратно в молоко, венчиком перемешайте, повторно доведите молоко до кипения и на медленном огне проварите какао с молоком 1 минуту. Сразу же разлейте какао с молоком в чашки. В каждую

чашку разложите маршмэллоу. Присыпьте каждую порцию какао с маршмэллоу тёртым шоколадом, молочным или чёрным.

#### Напиток из цикория

Кофейные напитки с цикорием давно стали привычными, но это не единственный напиток из цикория, который можно приготовить. Рецепт из цикория с апельсиновым сиропом и яблочным соком откроет для вас вкус этого полезного растения с новой стороны.

Технология приготовления:

Воду с цикорием кипятят (или разбавляют кипятком концентрат), вливают апельсиновый сироп. После охлаждения — процеживают. На порцию наливают 3/4 стакана или фужера напитка из цикория и добавляют яблочный сок. На край стакана можно прицепить ломтик апельсина.

### **Тема 6. Конкурс**

#### **4. Методическое обеспечение программы**

1. Методическое руководство по поварскому делу.
2. Иллюстрации, фотоматериалы, действующее технологическое оборудование, технологические карты.

### Список литературы:

- 1.Алена Спирина: Советская кухня по ГОСТу и не только...  
Издательство: Астрель, 2013 г., 224с.;
2. Бороноева Г.С., Доржиев В.В., Бильгаева Т.А. Введение в технологию приготовления продуктов питания, Улан-Уде, 2005г. - 40с.;
- 3.Дубцов Г.Г., Сиданова М.Ю., Кузнецова Л.С., Ассортимент и качество кулинарной и кондитерской продукции, 3-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. -240 с.;
4. Джеймс Мартин, Десерты, изд-во: Эксмо, 2007г., 192с.;
5. Десерты из фруктов, Издательство: Урал ЛТД, 2005 г.: 48с.;
- 6.Екатерина Матвеева: Карвинг: мастер-классы по украшению блюд своими руками, Издательство: Феникс, 2013 г., 96с.;
- 7.Мартыненко Н.С. Введение в технологию продуктов питания, Учебное пособие. Кемеровский технологический институт пищевой промышленности. – Кемерово, 2004. – 96с.;
- 8.Плешкова Мария, Поварское дело. Краткий курс для молодых хозяйки и хозяина. Издательство: Эксмо, 2014 г., 144с.;
- 9.Пелагея Александрова-Игнатъева: Практические основы кулинарного искусства, Издательство: Corpus, 2013 г., 952с.

**КОНКУРСНОЕ ЗАДАНИЕ**

1. Приготовление торта закусочного
2. Приготовление блюда «Вертуты молдавские»
3. Приготовление блюда «Французский луковый суп»
4. Приготовление напитка.

**ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1**

1. Область применения \_\_\_\_\_ КГБОУ ХКЦВР Созвездие

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на ТОРТ  
ЗАКУСОЧНЫЙ

2. Перечень сырья: Перечень сырья определяется согласно выбранной тематике торта (мясной/рыбный) Для приготовления двух вариантов требуется: лепешки тартилья, сыр творожный, масло сливочное, майонез, ломтики соленой рыбы, аналоги черной и красной икры, салат из водорослей чука, креветка, яйцо, картофель, огурец свежий, лайм, лимон, зелень, помидоры чери, колбаски п/к, бекон, ветчина, сыр плавленый, горчица столовая, маслины, сыр плавленый, карнишоны марин., физалис, базилик, филе кур, паштет мясной, карамбола

3. Требования к качеству сырья :

3.1 Сырье и вспомогательные материалы, используемые при производстве блюда, должны соответствовать требованиям нормативной документации, СанПин 2.3.2.560-96 «Гигиенические требования к качеству и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов.»

3.2 Каждая партия сырья, поступающая на предприятие для производства блюда, должна сопровождаться сертификатом соответствия и удостоверением качества.

4. Рецепт:

Наименование сырья		
	Брутто,г	Нетто ,г
Лепешка тартилья	500	500
Сыр творожный	250	250
Масло сливочное	150	150
Филе соленой рыбы	250	250
Аналог красной и черной икры	100/100	100/100
Салат из водорослей чука	100	70
Креветка неочищенная	150	70
Яйцо	120	120
Огурец свежий	200	200
Лайм	50	50
Лимон	40	40
Зелень петрушки	50	50
Помидоры чери	150	147

Колбаски п/к	150	150
Бекон	150	146
Ветчина	150	148
Сыр плавленый в ванночке	200	200
Горчица столовая	30	30
Маслины б/к	70	48
Сыр бутербр. пластиками	70	70
Карнишоны марин	200	200
Физалис	50	36
Базилик свежий	30	30
Филе кур св/м	300	249
Паштет мясной	200	200
Карамбола	200	200
ИТОГО	Блюдо готовится в свободной интерпритации, поэтому выход зависит от выбранных и используемых сочетаемых продуктов. Перечень сырья позволяет приготовить мясной и рыбный торт, весом каждого не менее 2,5кг при условии использования всех ингредиентов.	

5. **Технологический процесс:** В состав закусочных тортов можно включать любые продукты, включая чёрный хлеб, селёдку и водоросли нори. Главное, чтобы продукты сочетались между собой по вкусу. Идеальный вариант закусочного торта для начала - ваша любимая закуска с выверенным составом ингредиентов и внешний вид любимого торта. Лепешки формируются ножом или высечкой нужного размера, прослаиваются сочетаемыми продуктами от выбранной темы «мясной» или «рыбный». Продукты соединить (или промазать лепешку) плавленым или творожным сыром, которые можно смешать с майонезом, горчицей, маслом сливочным – по вкусу. Прослоенные лепешки обмазать заправкой из любого сыра, майонеза, масла. Для формирования торта можно использовать картофельное пюре.
6. **Требования к оформлению, подаче, реализации:** Торт украсить зеленью, маслинами, лаймом, карамболой, физалисом - продуктами, который входит в состав торта либо сочетается с ними.
- 6.1 Сроки реализации в соответствии с СанПин 42-123-41 17-86 с момента окончания технологического процесса.

## 7. Показатели качества безопасности

7.1 Органолептические показатели :

<i>Наименование показателя</i>	Характеристика показателей
<i>Внешний вид</i>	Изделие в форме торта с мясной или рыбной начинкой
<i>Цвет</i>	Соответствует продуктам, входящим в состав
<i>Вкус и запах</i>	Соответствует продуктам, входящим в состав
<i>Консистенция</i>	Плотная

**7.2 Микробиологические показатели :**

По микробиологическим показателям блюдо соответствует «Гигиеническим требованиям к качеству и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов» СанПин 2.3.2.560-96

**7.3** Содержание токсичных элементов, микотоксинов, остаточное количество пестицидов не превышает норм, установленных СанПин 2.3.2.560-96