

ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
"Всероссийский детский центр "Океан"
(ФГБОУ "ВДЦ "Океан")

РАССМОТРЕНА
и рекомендована к реализации
методическим советом
отдела дополнительного образования
управления образовательных программ
ФГБОУ "ВДЦ "Океан"
от _____ 01. 12 _____ 2023 г.
Протокол № _____ 2 _____

УТВЕРЖДЕНА
Директором
ФГБОУ "ВДЦ "Океан"
Соловей Н. В.
(приказ от 15. 01. 2024 №9-у)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

"КУЛИНАРНАЯ СТУДИЯ "МАСТЕР - ШЕФ"

социально - гуманитарная направленность

Возраст обучающихся: 12 - 17 лет
Уровень освоения программы: стартовый
Объем программы: 12 часов

Автор-составитель:
Эгамбердиева Галина Игоревна
старший педагог дополнительного образования
ФГБОУ "ВДЦ "Океан"

г. Владивосток
2023 г.

ВСЕРОССИЙСКОЕ СЕТЕВОЕ ИЗДАНИЕ. СВИДЕТЕЛЬСТВО О РЕГИСТРАЦИИ СМИ
ЭЛ № ФС 77 - 67160 ВЫДАНО 16.09.2016г. ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБОЙ ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ СВЯЗИ, ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И МАССОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ



«СЛОВО ПЕДАГОГА»

ДОМЕННОЕ ИМЯ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ: WWW.SLOVOPEDAGOGA.RU
ТЕРРИТОРИЯ РАСПРОСТРАНЕНИЯ: РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ И ЗАРУБЕЖНЫЕ СТРАНЫ
АДРЕС РЕДАКЦИИ: 398035, ЛИПЕЦКАЯ ОБЛАСТЬ, Г. ЛИПЕЦК, УЛ. ВЕРМИШЕВА, ДОМ 22, КОРПУС А
АДРЕС ЭЛЕКТРОННОЙ ПОЧТЫ ИЗДАНИЯ: MAIL@SLOVOPEDAGOGA.RU

РЕЦЕНЗИЯ

№394 от 09.04.2019 г.

Автор: Эгамбердиева Галина Игоревна
Должность: педагог дополнительного образования
Учебное заведение: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение Всероссийский детский центр "Океан"
Населённый пункт: город Владивосток Приморский край
Наименование материала: Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-педагогической направленности Кулинарная студия «Мастер-Шеф»
Тема: программа: Кулинарная студия «Мастер-Шеф»

Оценивая работу в целом, можно отметить следующее. Представленный материал разработан методически грамотно, имеет логически стройное содержание, которое полностью раскрывает заданную тему.

Материал оформлен в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС).

Составлению рецензируемого материала предшествовала серьёзная подготовка и анализ педагогических знаний. Безусловной заслугой автора является то, что он изучил, систематизировал, обобщил теоретический и практический опыт и представил его в виде структурированного и последовательного результата.

Достаточно высока практическая значимость представленного материала. Работа может быть рекомендована и востребована другими педагогами, работающими на данном уровне образовательной системы РФ.

Заключение:

Рецензируемый материал имеет важное значение и оценён положительно.

**Рецензент
Редакция Всероссийского
издания "Слово педагога"
Главный редактор**



В.В. Богданов

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

Полное наименование программы	Дополнительная общеразвивающая программа Кулинарная студия «Мастер-шеф»
Автор-составитель	Старший педагог дополнительного образования Эгамбердиева Галина Игоревна, ФГБОУ ВДЦ «Океан»
Реализатор программы	Старший педагог дополнительного образования Эгамбердиева Галина Игоревна, ФГБОУ ВДЦ «Океан»
Направленность	Социально-гуманитарная
Вид деятельности	Кулинария
Адресат программы	Обучающиеся 12-17 лет
Наименование детского объединения и количественный состав	Кулинарная студия «Мастер-Шеф», от 6 до 12 человек
Срок реализации	1 смена (21 день)
Объём программы	12 занятий
Уровень освоения программы	Стартовый
Цель	Содействовать развитию у обучающихся технологических знаний и умений в области кулинарии, как средство самоактуализации в социально-бытовой деятельности.
Задачи	<p>Воспитательные:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать целостное представление о сущности кулинарии как области общественного питания. 2. Прививать практические умения самообслуживания в области питания. <p>Развивающие:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать универсальные учебные действия (организация деятельности и контроля за ее процессом как в целом, так и в области кулинарии). 2. Актуализировать личностный смысл в социально-бытовой деятельности. 3. Развивать коммуникативные навыки в совместной работе. <p>Обучающие:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать представления о технологии приготовления блюда (в том числе и национальных). 2. Обучить технологии приготовления и подачи блюда.
Краткое содержание	Программа способствует формированию целостного представления о сущности кулинарии, развитию технологических знаний и умений в области кулинарии, формированию культуры здорового образа жизни, культуры поведения за столом, в гостях, в общественных местах, правил хорошего тона. Процесс ее реализации направлен на воспитание ответственного отношения к труду и результатам труда, уважительного отношения к людям различных профессий общественного питания что создает основу для профессиональной ориентации. Опыт, приобретенный на занятиях, мотивирует ее участников к самоактуализации и самореализации личности.
Планируемые результаты	В ходе реализации программы обучающиеся осваивают технологические знания в области кулинарии, приобретают

навыки приготовления блюд, что способствует их самоактуализации в социально-бытовой сфере. Кроме того, достигаются:

Личностный результат:

1. Пробуждение или укрепление интереса к сущности кулинарии и культуре приготовления пищи, проявление настойчивости в достижении результата.

2. Приобретение собственного опыта трудовой деятельности на кухне как основы обучения и познания.

3. Формирование мотивации и стремления к саморазвитию и самоактуализации в социально-бытовой сфере и будущему профессиональному выбору (выбор профессии общественного питания).

Метапредметный результат:

1. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

2. Освоение универсальных учебных действий (подготовка, обработка, процесс приготовления, подача) в области кулинарии.

3. Приобретение проб в области межпредметных связей:

- математика (расчёты продуктов по весу);
- русский язык (защита, презентация блюд: обогащение словарного запаса, развитие устной речи);
- изобразительное искусство (построение композиции из овощей, фруктов, дизайн подачи блюда);
- химия, физика (молекулярная кухня).

Предметный результат:

Обучающиеся освоят технологию приготовления блюд, а именно:

1. приобретут умение планировать действия, рационально подбирать инструменты и оборудование для работы на кухне в процессе приготовления блюд, изделий из теста, фруктов, овощей.

2. Освоят специфические профессиональные умения: соблюдать правила личной гигиены, санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности при работе на кухне.

3. Смогут осуществить подбор продуктовой лавки для приготовления блюд, приёмы тепловой кулинарной обработки.

4. Приобретут бытовые умения, необходимые для полноценной социально-бытовой деятельности.

5. Приобретут умения самостоятельного приготовления блюд.

Обучающиеся будут знать:

- способы приготовления блюд;
- правила техники безопасности при тепловых кулинарных обработках;
- санитарно-гигиенические требования;
- особенности и виды национальной кухни;

	<ul style="list-style-type: none"> - правила подачи блюд; - правила поведения за столом, правила пользования столовыми приборами, - правила приема гостей; - основные требования на соответствие квалификации профессий общественного питания; <p>Обучающиеся будут уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - устанавливать последовательность выполнения технологических операций (процесс, планирование); - правильно подбирать формы нарезки овощей при приготовлении блюда; - выполнять приемы тепловой кулинарной обработки; - выполнять работу согласно времени; - украшать готовое блюдо; - готовить изделия из теста; - сервировать стол; - соблюдать санитарно-гигиенические требования; - соблюдать правила по технике безопасности на кухне; - организовать рабочее место в соответствии с практическим заданием и поддерживать порядок во время работы.
Социальный эффект	<p>Программа содействует формированию интереса к ведению домашнего хозяйства, секретам кухни, азбуки рационального питания, пониманию сущности в области кулинарии, что способствует формированию значимости здорового питания и зависимости этих жизненно-важных навыков для крепости будущей семьи и улучшения демографической ситуации в целом.</p> <p>Программа способствует формированию представления о характере осознанного выбора дальнейшего образования в сфере обслуживания, подготовке к самостоятельной жизни и конкретным видам труда, что способствует решению социальной проблемы личностной и профессиональной самореализации в последующей трудовой деятельности.</p>
Форма аттестации и демонстрации достижений обучающихся	<p>Педагогическое наблюдение, отслеживание, опрос, тестирование, проблемная ситуация, совместная предметно-практическая деятельность. Анкетирование.</p> <p>Мини-опрос. Тестовый опрос. Комплексный зачет.</p>
Год разработки	2018 (январь-июнь)
Год последней редакции	2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1. Пояснительная записка	7
1.2. Цель и задачи программы	10
1.3. Планируемые результаты	10
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1. Содержание программы	12
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1. Учебный план	14
3.2. Календарный учебный график	16
4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	
4.1. Материально-технические условия реализации программы	21
4.2. Информационное обеспечение реализации программы	21
4.3. Кадровые условия реализации программы	21
4.4. Ресурсное обеспечение реализации программы	21
4.5. Учебно-методические материалы	21
4.6. Формы аттестации и демонстрации достижений	23
4.7. Оценочные материалы	24
4.8. Список литературы	29
5. ПРИЛОЖЕНИЕ	
5.1. План-конспекты занятий	31
5.2. Глоссарий	63
5.3. Другие	67

Раздел № 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительное образование детей является важным фактором успешности каждого ребенка независимо от социально-экономического статуса семей. Каждый ребенок имеет возможность найти занятие по душе, по образовательному запросу получить необходимые знания, стать успешным в разных областях деятельности. Приобретенные знания и навыки помогают в повседневной жизни, дают ориентацию в выборе профессии. Особое значение обратим на трудовое воспитание: в мастерских, студиях, салонах прививается любовь к труду, актуализируется его значение для личностной самореализации. Освоение подрастающим поколением знаний и умений социально-бытовой деятельности имеет неocenимую роль для их социализации и интеграции в самостоятельную жизнь.

Нормативно-правовая основа программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа составлена на основе следующих документов:

– Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Указа Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

– Распоряжения Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

– Распоряжения Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и плана мероприятий по ее реализации»;

– Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07. 2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Приказа Минпросвещения России от 3 сентября 2019 г. N 467 (ред. от 21.04.2023) «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденная (Зарегистрировано в Минюсте России 06.12.2019 N 56722);

– Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

– МР 3.1/2.4.0239-21 п.3.1 «Профилактика инфекционных болезней», п. 2.4 «Гигиена детей и подростков». Рекомендации по организации работы организаций отдыха детей и их оздоровления в условиях сохранения рисков распространения COVID-19 в 2021 году.

– Приказа ФГБОУ ВДЦ «Океан» от 06.09.2022 № 697-у «Об утверждении Положения о дополнительной общеобразовательной программе в ФГБОУ ВДЦ «Океан».

Программа имеет социально-гуманитарную направленность.

Актуальность.

К основным доводам, определяющим актуальность программы можно выделить следующие:

1. Важным фактором формирования личности является трудовое воспитание. Вместе с тем известно, что наблюдается тенденция утраты современными детьми

элементарных трудовых навыков и умений в социально-бытовой деятельности, недостаточности опыта трудовых усилий, труда как деятельной помощи и заботы о других. Сегодняшняя молодёжь, школьники не в полном объеме владеют и знают тонкости бытового и домашнего хозяйства.

2. Мы живем в эпоху скоростей. Ускоряется ритм жизни и количество дел, которые необходимо успеть каждому человеку. Нестабильность мира является серьезным стрессогенным фактором, влияющим на качество жизни. На фоне длительного воздействия стресса, внутренний конфликт может привести к нарушению различных процессов в организме. Питание - один из ключевых моментов, из которых складывается понятие «здоровый образ жизни». Удовлетворение голода является одним из самых важных инстинктов организма, так как он гарантирует сохранение жизни. Следовательно, от того, что мы едим, в каком количестве, когда и каким образом, зависит наша жизнь во всех ее проявлениях и аспектах. Правильное питание повышает качество жизни. Вот поэтому своевременный прием пищи, знания и умения основ технологии приготовления, приобретают социально значимый аспект.

3. Одной из глобальных проблем современного общества является сложная демографическая ситуация, в которой немаловажная роль отводится семье. Этот институт претерпевает серьезные трансформации: нестабильность, краткосрочность, ослабление воспитательной функции. 30 % распада семей, случаются из-за отсутствия домашней, комфортной обстановки семейного очага. Издавна именно семья была местом уюта и комфорта, семейного очага, а кухня – местом притяжения. К сожалению, в широкой педагогической практике не говорится про то, что умение вести хозяйство, вкусно готовить, правильно питаться – один из факторов крепости семьи.

4. Формирование готовности к самореализации в системе социальных отношений становится одной из важных задач современной педагогики. Школьное образование недостаточно готовит учащихся к самостоятельной жизни, способствуя их адаптации в социально-бытовой деятельности.

Для того, чтобы помочь обучающимся овладеть навыками самообслуживания, умениями приготовления пищи, расширить их знания о технологии приготовления блюд, познакомить с национальными кухнями была написана данная программа. Содержание программы включает следующие аспекты: развитие технологических знаний и умений в области кулинарии, формирование культуры здорового образа жизни в социально-бытовой деятельности, культуры поведения за столом, профессиональную этику в индустрии гостеприимства.

Программа практико-ориентирована, в ходе ее реализации в конкретной практической деятельности воспитывается ответственное отношение к труду и его результатам, уважительное отношение к представителям профессий общественного питания, что создает основу для профессионального самоопределения. Опыт, приобретенный на занятиях, способствует самоактуализации личностных смыслов в социально-бытовой деятельности.

Методологическую основу программы «Кулинарная студия «Мастер-Шеф» составляют личностно-ориентированный и системно-деятельностный подходы. Опираясь на систему понятий, идей и способов действий, педагог обеспечивает и поддерживает процессы самопознания и самореализации личности ребенка, развитие его индивидуальности, что способствует решению таких приоритетных задач, определенных Концепцией развития дополнительного образования, как: обеспечение адаптации к жизни в обществе, профессиональная ориентация, формирование самостоятельно действующей нравственно гармоничной личности, отвечающей за выбор своего жизненного пути, творческая реализация своих способностей, стремления и отношения во всех сферах взаимодействия.

Программа «Кулинарная студия «Мастер-Шеф» отвечает на вызовы современности тем, что

- 1) способствует привитию обучающимся трудовых навыков, значимости трудового воспитания в жизни человека;
- 2) формирует витальные навыки, а именно - культуру здорового питания;
- 3) способствует пониманию значимости вкусного и здорового питания для крепости семьи, следовательно, формирует установки основ семейной жизни для стабилизации демографической ситуации;
- 4) формирует навыки самообслуживания (умения приготовить пищу для себя и близких, содержать в чистоте рабочее место, посуду, помещение (кухню), дом);

Трудовое воспитание тогда дает результаты, когда становится источником радости. Программа «Мастер-шеф», как организованный и методически обоснованный педагогом процесс освоения предлагаемых трудовых действий, создает такую возможность.

Уровень освоения программы – стартовый. Предполагает использование и реализацию форм организации обучения, которые способствуют освоению знаний, умений, навыков в выбранном виде деятельности, формируют готовность выполнять действия по образцу, творческие задания и обогащают ценностно-смысловую сферу ребенка.

Новизна программы заключается в ее интеграции с разными областями знаний. Так, например, в рамках профильных смен, разработан и применяется модуль из раздела «Молекулярная кухня» (области: химия, физика). На занятиях изучаются основные понятия, принципы, инструменты, продукты данной области кулинарии. Реализуются практические занятия по приготовлению блюд молекулярной кухни.

В работе с иностранными гостями, а также на программах, направленных межкультурное сотрудничество и расширение представлений об этнокультурных особенностях, реализуется модуль об особенностях национальной кухне и культуре питания субъектов РФ и стран АТР.

Кроме того, в программе предусмотрена возможность проведения обучающимися старшего возраста занятий для детей младшего школьного возраста (5-9 лет), не только как метод контроля знаний, но и как способ самореализации и получения нового социального опыта.

Отличительные особенности программы. Образовательная программа «Кулинарная студия «Мастер-Шеф» реализуется с учетом конкретных условий ФГБОУ ВДЦ «Океан»:

- кратковременность обучения;
- погружение в режим интенсива;
- разноуровневый, разновозрастной состав;
- сборный состав группы (отряды, делегации).

Характерные особенности программы.

1. Взаимозаменяемость тем между собой внутри программы;
2. Связь с жизнью – реализуется через соединение обучения с производством подразделения Центра (отдел питания). Процесс приготовления блюд происходит в соответствии с составленными ведущим технологом Центра и утвержденными технологическими картами, проработанными на занятиях (соблюдая СанПиНы);
3. Уникальностью программы является возможность изготовления блюд для реализации проектных идей обучающихся для разнообразных форматов событий и мероприятий (выставок, фуршетов, дипломатических приемов и т.д., реализуемых в Центре);
4. Программа учитывает индивидуальные интересы обучающихся, способствует развитию их инициативности, поддерживает творчество.

Особенности организации образовательного процесса. Программа разработана на 12 занятий. Продолжительность одного занятия 1 час 20 минут (2 часа).

Наполняемость учебной группы и адресат программы. Наполняемость группы от 8-14 человек. Принцип формирования группы: по желанию обучающихся или распределению в группы диспетчером отдела дополнительного образования. Адресат

программы: школьники из субъектов Российской Федерации 12-17 лет, участники образовательных программ ВДЦ «Океан».

Форма обучения: практические занятия. Специфика ведения занятий содержит материал по темам: изучение расчета и подбора продуктовой корзины для приготовления блюда, процесс приготовления, снятие пробы (дегустация); сервировка стола и одновременно закрепление на практике правил поведения за столом. Обязательное условие занятий – соблюдение санитарно-гигиенических требований. Одно из правил гигиены приготовления пищи – наличие спецодежды: фартук и косынки для девочек, фартук и одноразовой шапочки для мальчиков, одноразовых перчаток, бахил.

Структура занятий: организационный этап (сверка детей по журналу); актуализация знаний по теме, объяснение алгоритма (технологии) приготовления блюда. Вводный инструктаж, подготовка к практической работе: деление группы на бригады, выбор бригадира, подготовка группы детей к практической работе согласно санитарно-гигиеническим требованиям. Подготовка продуктов, инструментов и оборудования. Практическая работа. Уборка рабочих мест. Сервировка стола, дегустация. Подведение итогов работы, уборка посуды.

1.2. Цель, задачи программы

Цель программы: содействовать развитию у обучающихся технологических знаний и умений в области кулинарии, как средство самоактуализации в социально-бытовой деятельности.

Задачи:

Воспитательные:

3. Формировать целостное представление о сущности кулинарии как области общественного питания.
4. Прививать практические умения самообслуживания в области питания.

Развивающие:

4. Развивать универсальные учебные действия (организация деятельности и контроля за ее процессом как в целом, так и в области кулинарии).
5. Актуализировать личностный смысл в социально-бытовой деятельности.
6. Развивать коммуникативные навыки в совместной работе.

Обучающие:

3. Формировать представления о технологии приготовления блюда (в том числе и национальных).
4. Обучить технологии приготовления и подачи блюда.

1.3. Планируемые результаты

В ходе реализации программы обучающиеся осваивают технологические знания в области кулинарии, приобретают навыки приготовления блюд (в том числе и национальных), что способствует их самоактуализации в социально-бытовой сфере. Кроме того, достигаются:

Личностный результат:

4. Пробуждение или укрепление интереса к сущности кулинарии и культуре приготовления пищи, проявление настойчивости в достижении результата.
5. Приобретение собственного опыта трудовой деятельности на кухне как основы обучения и познания.
6. Формирование мотивации и стремления к саморазвитию и самоактуализации в социально-бытовой сфере и будущему профессиональному выбору (выбор профессии общественного питания).

Метапредметный результат:

4. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять

способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

5. Освоение универсальных учебных действий (подготовка, обработка, процесс приготовления, подача) в области кулинарии.

6. Приобретение проб в области межпредметных связей:

- математика (расчёты продуктов по весу);
- русский язык (защита, презентация блюд: обогащение словарного запаса, развитие устной речи);
- изобразительное искусство (построение композиции из овощей, фруктов, дизайн подачи блюда);
- химия, физика (молекулярная кухня).

Предметный результат:

Обучающиеся освоят технологию приготовления блюд, а именно:

6. приобретут умение планировать действия, рационально подбирать инструменты и оборудование для работы на кухне в процессе приготовления блюд, изделий из теста, фруктов, овощей.

7. Освоят специфические профессиональные умения: соблюдать правила личной гигиены, санитарно-гигиенические нормы и правила техники безопасности при работе на кухне.

8. Смогут осуществить подбор продуктовой лавки для приготовления блюд, приёмы тепловой кулинарной обработки.

9. Приобретут бытовые умения, необходимые для полноценной социально-бытовой деятельности.

10. Приобретут умения самостоятельного приготовления блюд.

Обучающиеся будут знать:

- способы приготовления блюд;
- правила техники безопасности при тепловых кулинарных обработках;
- санитарно-гигиенические требования;
- особенности и виды национальной кухни;
- правила подачи блюд;
- правила поведения за столом, правила пользования столовыми приборами,
- правила приема гостей;
- основные требования на соответствие квалификации профессий общественного питания;

Обучающиеся будут уметь:

- устанавливать последовательность выполнения технологических операций (процесс, планирование);
- правильно подбирать формы нарезки овощей при приготовлении блюда;
- выполнять приемы тепловой кулинарной обработки;
- выполнять работу согласно времени;
- украшать готовое блюдо;
- готовить изделия из теста;
- сервировать стол;
- соблюдать санитарно-гигиенические требования;
- соблюдать правила по технике безопасности на кухне;
- организовать рабочее место в соответствии с практическим заданием и поддерживать порядок во время работы.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание программы

1: «Введение в программу».

1.1 Тема: «Вводное занятие». Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности.

Теория. Кулинария. История развития. Правила безопасности на занятиях. Правила эвакуации при пожаре. Правила пользования нагревательными приборами (электрической плитой, блинницей, чайником). Правила обращения с режущими инструментами. Правила обращения с горячей посудой и продуктами.

1.2 Тема: «Кухня и её оборудование». Процесс приготовления крутонов.

Теория. Значение кухни в быту человека. Интерьер кухни. Оборудование кухни и его назначение. Посуда, инвентарь, приспособления. Виды посуды. Правила ухода за посудой. Моющие средства. Личная гигиена. История хлеба. Цена хлеба. Бережное, уважительное отношение к хлебу. Использование чёрствого хлеба для приготовления различных блюд.

Практика. Мастер-класс «Выпекаем крутоны (сухарики)».

Раздел 2: «Технология приготовления пищи».

2.1 Тема: «Русская кухня». Процесс приготовления блинов.

Теория. Традиции, кулинарные рецептуры, обряды. Блюда русской кухни. История блинов.

Практика. Мастер-класс «Выпекание блинов».

2.2 Тема: «Бутерброды. Канаш». Закуски.

Теория. Продукты, используемые для приготовления бутербродов. Виды бутербродов. Способы оформления открытых бутербродов. Условия и сроки хранения бутербродов.

Практика. Мастер-класс «Готовим канаш».

2.3 Тема: «Фигурная нарезка овощей, винегрет».

Теория. Виды овощей, содержание в них минеральных веществ, белков, жиров, углеводов, витаминов. Методы определения качества овощей. Влияние экологии на качество овощей. Назначение, виды и технология механической обработки овощей. Принципы подбора овощных гарниров к мясу, рыбе. Санитарно-гигиенические правила при работе с различными продуктами при приготовлении салатов. Способы нарезки овощей. Виды салатов.

Практика. Фигурная нарезка овощей для художественного оформления. Оформление салата «Винегрет».

2.4 Тема: «Дальний Восток угощает – роллы!».

Теория. История блюда. Отличие суши от роллов. Морская капуста.

Практика. Самостоятельная работа. Оформление роллов.

2.5 Тема: «Виды фруктовых закусок». Фруктовый ёж.

Теория. Фруктовые закуски. Правила нарезки и способы подготовки, чистки фруктов.

Практика. Оформление индивидуального и коллективного фруктового ежа.

2.6 Тема: «Блюда из картофеля».

Теория. Питательная ценность картофеля. Драники. Приготовление. Состав теста для вареников с картофелем и способ его приготовления. Инструменты для раскатки теста. Правила варки. Питательная ценность картофеля. Определение качества картофеля. Санитарно-гигиенические правила при работе. Первичная обработка муки. Приготовление теста и начинки.

Практика. Мастер-класс «Вареники с картофелем» или «Драники».

2.7 Тема: «Национальная кухня. Бурятская кухня (буузы-позы)».

Теория. Виды и блюда национальных кухонь.

Практика. Мастер-класс по приготовлению блюда. Приёмы лепки. Способы лепки.

2.8 «Блюда из теста». Шарлотка.

Теория. Виды теста. Санитарно-гигиенические правила при работе с тестом. История возникновения пиццы. Использование наполнителей в блюде, их ассортимент (грибная, рыбная, мясная, овощная). Технология нарезки продуктов, подачи готового блюда.

Практика. Мастер-класс «Шарлотка с яблоками» или «Пицца».

Раздел 3: «Профессиональная этика в сфере индустрии гостеприимства».

3.1 Тема: «Общие требования и правила сервировки стола».

Теория. Последовательность сервировки стола. Назначение предметов сервировки. Правила пользования столовыми приборами. Язык жестов столовых приборов.

Практика. Сервировка стола к завтраку. Складывание салфеток различными способами.

3.2 Тема: «Общие правила этикета за столом».

Теория. Этикет. Виды этикета. Культура поведения за столом. Культура потребления пищи.

Практика. Проработка правил поведения за столом, демонстрация.

3.3 Тема: «Профессиональная проба».

Теория. Классификация предприятий общественного питания. Профессии в общественном питании, предъявляемые к ним требования.

Практика. Составление технологической карты к блюду по выбору группы. Составление меню.

3.4 Тема: Подведение итогов работы. Зачётная деятельность. Советы и идеи от Мастер-Шефа.

Теория. Подведение итогов работы. Необычные идеи, жизненные хитрости (лайфхаки на кухне), кулинарные гаджеты. Способы их применения. Лучшие новинки кулинарии.

Практика. Итоговая анкета. Зачёт. Комплексная итоговая анкета. Защита (если требует программа смены) проекта.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Учебный план

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел: «Введение в программу»	2	1,5	0,5	
1.1	Тема: «Вводное занятие». Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности. (занятие №1)	1	1	0	Анкетирование. Мини-опрос. Педагогическое наблюдение. Отслеживание. Проблемная ситуация.
1.2	Тема: «Кухня и её оборудование». Процесс приготовления крутонов. (занятие №2)	1	0,5	0,5	Дегустация. Педагогическое наблюдение. Отслеживание. Проблемная ситуация.
2.	Раздел: «Технология приготовления пищи»	16	4	12	
<u>2.1</u>	Тема: «Русская кухня». Процесс приготовления блинов.	2	0,5	1,5	Анализ готового блюда. Дегустация. Мини-выставка. Устный отчет. Дальнейшее планирование работы. Педагогическое наблюдение. Отслеживание. Проблемная ситуация.
<u>2.2</u>	Тема: «Бутерброды. Канапе». Закуски.	2	0,5	1,5	Дегустация. Педагогическое наблюдение. Отслеживание. Проблемная ситуация.
2.3	Тема: «Фигурная нарезка овощей, винегрет».	2	0,5	1,5	Дегустация. Мини-выставка. Устный отчет. Педагогическое наблюдение. Отслеживание. Проблемная ситуация.
2.4	Тема: «Дальний Восток угощает - роллы!».	2	0,5	1,5	Дегустация. Мини-выставка. Устный отчет

2.5	Тема: «Виды фруктовых закусок». Фруктовый ёж	2	0,5	1,5	Дегустация. Мини-выставка. Устный отчёт
2.6	Тема: «Блюда из картофеля».	2	0,5	1,5	Дегустация. Наблюдение
2.7	Тема: «Национальная кухня. Бурятская кухня (буузы-позы)»	2	0,5	1,5	Дегустация
2.8	Тема: «Блюда из теста». Шарлотка.	2	0,5	1,5	Дегустация. Тест
3.	Раздел «Профессиональная этика в сфере индустрии гостеприимства»	6	2,5	3,5	
3.1	Тема: «Общие требования и правила сервировки стола».	1	0,5	0,5	Наблюдение
3.2	Тема: «Общие правила этикета за столом»	1	0,5	0,5	Тестовый опрос
3.3	Тема: «Профессиональная проба»	2	0,5	1,5	Тест
3.4	Подведение итогов работы. Зачётная деятельность. Советы и идеи от Мастер-Шефа	2	1	1	Комплексный зачёт
	Итого	24	8	16	

Содержание программы варьируется в зависимости от задач смены, количество занятий увеличивается до 24 часов в зависимости от плана смены.

Дополнительные занятия (на основе технологических карт):

1. Сырный суп
2. Жаренное мороженное
3. Венские вафли
4. Салат с морской капустой
5. Салат Мимоза
6. Кета в кляре
7. Форель под апельсинами

3.2. Календарный учебный график

№	Дни смены (порядковый номер дня от начала до конца смены)	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма аттестации / контроля
1	1 день	Беседа	1	Вводное занятие	Учебный кабинет	Анкетирование Мини-опрос. Дегустация
2	2 день	Беседа, практическое занятие	1	Кухня и её оборудование. Процесс приготовления крутонов	Учебный кабинет	Дегустация
3	3 день	Практическое занятие	2	Русская кухня. Процесс приготовления блинов	Учебный кабинет	Дегустация
4	4 день	Практическое занятие	2	Бутерброды. Канapé. Закуски.	Учебный кабинет	Дегустация
5	5 день	Практическое занятие	2	Фигурная нарезка овощей, винегрет.	Учебный кабинет	Дегустация. Тест
6	6 день	Практическое занятие	2	Дальний Восток угощает - роллы!	Учебный кабинет	Дегустация. Тест
7	7 день	Практическое занятие	2	Виды фруктовых закусок. Фруктовый ёж	Учебный кабинет	Дегустация. Мини-выставка.
8	8 день	Практическое занятие	2	Блюда из картофеля	Учебный кабинет	Дегустация
9	9 день	Практическое занятие	2	Национальная кухня. Бурятская кухня (буузы)	Учебный кабинет	Дегустация. Наблюдение
10	10 день	Практическое занятие	2	Блюда из теста. Шарлотка	Учебный кабинет	Дегустация. Тест
11	11 день	Беседа	1	Общие правила сервировки стола	Учебный кабинет	Наблюдение
12	12 день	Беседа	1	Общие правила этикета за столом	Учебный кабинет	Тестовый опрос
13	13 день	Беседа. Практическое занятие	2	«Профессиональная проба»	Учебный кабинет	Тестовый опрос
14	14 день	Беседа. Практическое занятие	2	Подведение итогов работы. Зачётная деятельность. Советы и идеи от Мастер-Шефа	Учебный кабинет	Комплексный зачёт

Этапы образовательного процесса	1 смена
Продолжительность учебного периода, неделя	3
Количество учебных дней	14
Возраст детей, лет	12-17
Продолжительность занятия, час	1 час 20 минут (2 часа)
Режим занятия	6 раза/неделю
Учебная нагрузка	24

Модуль: «Сытный двор»
к дополнительной общеразвивающей программе
социально-гуманитарной направленности
«Кулинарная студия «Мастер-шеф»

Актуальность. Всероссийский детский центр «Океан» - центр популяризации национальной культуры субъектов РФ и стран АТР. В современном мире расширяются границы взаимодействия культур и народов. Увеличиваются возможности коммуникаций, следовательно, повышается роль традиций гостеприимства, в которой большую роль имеют традиции национальных кухонь.

Вместе с тем, современные подростки поверхностно знают свои национальные русские традиции, об этом свидетельствуют исследования последних лет. Институт семейного воспитания недостаточно обеспечивает передачу поколенческого опыта. Указанное препятствует национальной идентичности, формированию патриотических чувств, как следствие, несет угрозу национальной безопасности. Модуль программы воспроизводит традиции русского гостеприимства, знакомит через русскую национальную кухню с культурой русского народа.

Уровень освоения: стартовый.

Отличительные особенности: модуль реализуется в комплексной программе «Русское гостеприимство», что позволяет создать системное представление о культуре русского народа в образовательном комплексе «Русское подворье». -Практико-ориентированный подход обеспечивает прохождение профессиональной пробы в области кулинарии, мотивирует к домоводству и гарантирует получение удовлетворения от эмоционально-чувственного погружения в предлагаемую деятельность.

Наполняемость группы: 12 человек, без требования ограничения возраста.

Возраст учащихся: 14-18 лет.

Место проведения: Блинная «Мастер-Шеф» .

Периодичность занятий: в соответствии с расписанием отдела дополнительного образования.

Период: 12 занятий

Цель курса: Популяризация значения этнокультурных традиций русской кухни, через процессы приготовления блюд обучающимися.

Задачи:

Обучающие:

- Сформировать представление об особенностях русской кухни.

- Обучить технологии приготовления блюд русской кухни.
- Обучить стряпать блины.

Развивающие:

- Способствовать осмыслению значимости правильного питания для жизни
- Развивать навыки самоорганизации собственной деятельности

Воспитательные:

- Воспитывать культуру досуга.
- Вовлечь обучающихся в процесс подготовки мероприятия «Гостеприимство» для гостей Русского подворья..

Предполагаемый результат:

Предметный:

- Дети составят представление об особенностях русской национальной кухни.
- Освоят технологию приготовления блюд русской национальной кухни. Научатся печь блины.

Метапредметный:

- Осмыслят значение правильного питания в жизни.
- Начнут осваивать и тренировать навыки самоорганизации собственной деятельности.

Личностный:

- Приобщатся к культуре досуга.
- Примут участие в подготовке и проведении мероприятия «Гостеприимство»

По итогу обучения на площадке Блинной будет проведено открытое мероприятие для приглашенной группы детей (12 человек, отряд- победитель, награжденный за призовое место в соответствии с рейтингом достижений в дружине), на котором будут продемонстрированы традиции гостеприимства, будут приготовлены блины, подготовлена их подача, а также других блюд русской кухни, и информационное обрамление ритуала гостеприимства

Дополнения для итогового мероприятия: презентация, подача материала ведущими по особенностям данного курса.

Содержание

Модуль «*Этнокультура питания в русской кухне*» знакомит, закрепляет знания учащихся о национальной русской кухне. В кулинарном искусстве прочно сохраняются национальные особенности и традиции народа, поэтому на занятиях курса обучающиеся узнают не только технологический процесс приготовления русских блюд, историю блюда, понимают принцип подготовки и органолептическое состояние готового блюда, но и расширяют представления о русской народной культуре

1 занятие: Погружение в курс. Особенности русской кухни, гостеприимства. Презентация. Просмотр документального фильма. Блюда русской кухни, видео обзор. Время: 3 минуты 20 секунд. Знакомство с программой (занятиями) модуля. <https://yandex.ru/video/preview/15935788859313424239>. Выбор блюд для итогового мероприятия. Распределение функциональных обязанностей в бригаде.

2 занятие: Мастер-класс «Русские блины сладкие» (дрожжевое тесто). История блюда. Дегустация.

3 занятие: Мастер-класс «Русские блины фаршированные» (тесто с использованием разрыхлителя). Традиции. Дегустация.

4 занятие: Мастер-класс «Квашеная капуста» и «Густой кисель». История блюда. Особенности блюда. Процесс приготовления. Дегустация киселя с баранками.

5 занятие: Мастер-класс «Русские пельмени». История блюда. Дегустация.

6 занятие: Мастер-класс «Вареники с картофельной начинкой». Фигурная лепка. История блюда. Дегустация.

7 занятие: Мастер-класс Пирог «Расстегаи с рыбой». Дрожжевое тесто. История блюда. Дегустация.

8 занятие: Мастер-класс «Щи» или «Борщ». История блюда. Дегустация.

9 занятие: Мастер-класс «Запеченные яблоки» и «Славянский сбитень». История блюда. Дегустация.

10 занятие: Мастер-класс «Вафельные трубочки» или «Вафли» (выпечка на формах), «Квас на ржаном хлебе и квас на сухарях». История блюда. Дегустация.

11 занятие: Мастер-класс «Пожарские котлеты». Особенности приготовления. История блюда. Дегустация.

12 занятие: Мастер-класс от участников программы (по выбору группы) для детей, занимающихся на Русском подворье в других студиях или желающих других детей. Приглашенные дети становятся участниками процесса приготовления блюда.

Итоговое мероприятие: Проведение Дня Гостеприимства для приглашенных детей на территории Русского подворья. Праздник с ведущими, накрытием стола и дегустацией выбранных приготовленных блюд, кваса, квашеной капусты.

Дополнительное занятие: «Рисовая молочная каша». Процесс приготовления каши подгруппами по технологии варки (как в детском саду). История блюда. Дегустация.

В ходе реализации модуля обучающимся предлагается для самостоятельного изучения информационная памятка «Информационный блок для каждого обучающегося по итогам изучения модуля» (Приложение 5.3.3)

№	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Погружение в курс. Особенности русской кухни, гостеприимства	1		1	Педагогическое наблюдение.
1.1	Мастер-класс «Русские блины сладкие»	1		1	Дегустация. Педагогическое наблюдение. Отслеживание.
1.2	Мастер-класс «Русские блины фаршированные»	1		1	Дегустация. Педагогическое наблюдение. Отслеживание.
1.3	Мастер-класс «Квашеная капуста» и «Густой кисель».	1		1	Дегустация. Педагогическое наблюдение. Отслеживание.
1.4	Мастер-класс «Русские пельмени».	1		1	Дегустация. Педагогическое наблюдение. Отслеживание.

1.5	Мастер-класс «Русские пельмени».	1		1	Дегустация. Педагогическое наблюдение. Отслеживание.
1.6	: Мастер-класс «Вареники с картофельной начинкой».	1		1	Дегустация. Педагогическое наблюдение. Отслеживание.
1.7	Мастер-класс Пирог «Расстегаи с рыбой».	1		1	Дегустация. Педагогическое наблюдение. Отслеживание.
1.8	Мастер-класс «Щи» или «Борщ».	1		1	Дегустация. Педагогическое наблюдение. Отслеживание.
1.9	Мастер-класс «Запеченные яблоки» и «Славянский сбитень».	1		1	Дегустация. Педагогическое наблюдение. Отслеживание.
1.10	Мастер-класс «Вафельные трубочки» или «Вафли»	1		1	Дегустация. Педагогическое наблюдение. Отслеживание.
1.11.	Мастер-класс «Пожарские котлеты».	1		1	Дегустация. Педагогическое наблюдение. Отслеживание.
1.12	Мастер-класс от участников программы. День Гостеприимства	1		1	Дегустация. Педагогическое наблюдение. Отслеживание.
	Итого	12		12	

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-технические условия реализации программы

Программа предполагает:

- наличие учебного кабинета, соответствующего санитарным нормам и требованиям пожарной безопасности, оснащённого инструкциями по охране труда и технике безопасности; с выделением двух зон: 1) учебные места, где обучающиеся фиксируют учебный материал, и 2) рабочая зона с необходимым оборудованием для проведения практических работ;
- технологические столы для приготовления блюд;
- посуда, столовые приборы;
- кухонный гарнитур со шкафами;
- ученическая зона со столами и стульями;
- электротехника для приготовления пищи;
- продукты питания.

4.2. Информационное обеспечение реализации программы

Программа общедоступна. Для более успешной реализации программы в помощь обучающим предлагается информационное обеспечение: схемы, технологические карты, инструкции, дидактические материалы, книги, инструкции, ресурсы интернет-источников, фотографии, иллюстрации, картины, планы, конспекты занятий, анкеты, тесты.

Раздаточный материал: виды канале, виды посуды, виды столовых приборов, виды сервировки стола, инструменты и оборудование для молекулярной кухни.

4.3. Кадровые условия реализации программы

Педагог, обладающий знаниями и умениями в области кулинарной индустрии, увлечённого своей профессией, постоянно обучающегося и стремящегося увлечь за собой обучающихся.

Для эффективной реализации программы привлекаются педагоги таких образовательных отраслей, как химия, искусство, история.

4.4. Ресурсное обеспечение реализации программы

Ресурсное обеспечение - эффективность программы повышается при организации проведения экскурсии для участников программы на учебно-производственные комбинаты, столовые дружин.

4.5. Учебно-методические материалы

Содержание программы ориентировано на освоение знаний в области кулинарии и приобретение опыта трудовых действий. Уделяется большое внимание воспитанию уважения к трудовой деятельности, а также привитие навыков планировать свою деятельность, корректировать и оценивать результаты труда, применять полученные навыки, знания и информацию в любой области кулинарии. Прививается интерес к национальным кухням, что способствует повышению межкультурного взаимодействия.

Изготовление материального продукта (кулинарных изделий, блюд) рассматривается как сумма технологических действий, направленных на формирование эстетических и утилитарных функций, умений самообслуживания.

Технологии, применяемые на занятиях:

- технология развивающего обучения;
- технология сотрудничества;
- технологии деятельностного типа;
- информационно-коммуникационные технологии (позволяют существенно оптимизировать процесс обучения. Занятия становятся более интересными, эмоционально насыщенными, динамичными и наглядными).

Принципы:

- принцип самоактуализации (поддержание стремления у учащихся к проявлению и развитию своих природных и социально приобретенных возможностей (на кухне));
- принцип индивидуальности (учет индивидуальных особенностей учащегося, работа с мотивацией на дальнейшее развитие;
- принцип коллективизма (введение элементов коллективной деятельности);
- принцип природосообразности и целостности (систематичность и цикличность работы со всеми детьми, одновременный учет возрастных особенностей);
- принцип ценностно-смыслового равенства (взаимосвязь обучения и творчества, общая цель и интересная совместная деятельность);
- непрерывность, принцип преемственности и последовательности (педагог не должен допускать бессистемности, прерывания педагогического процесса);
- принцип наглядности.

Тип занятий: комбинированный, предметно-практическая деятельность, на которой соединяются элементы теоретических и практических знаний. Темы занятий могут быть взаимозаменяемые, либо дополняться в зависимости от востребованности, интересов учащихся, тематики программы и календарного месяца проведения занятий.

Методы: одним из основных методов, стимулирующих процесс обучения, является вовлечение обучающихся в активную сферу деятельности от механической обработки до готового кулинарного изделия и выполнение творческих проектов на выставках детского творчества. Также широко применяемыми методами при проведении занятий являются объяснение, рассказ, показ. Применяются наглядные пособия: плакаты, раздаточный материал, инструкционные карты, технологические карты, кулинарные книги, Интернет, мультимедиа.

К методам организации творческой деятельности можно отнести информационно-поисковый: работу с кулинарными книгами, интернет-ресурсами, по сбору информации по истории и приготовлению, оформлению блюд, сервировке стола, правил поведения за столом, этикет, правил хорошего тона, а также само выполнение творческих проектов в соответствии с их выбранными темами и объектами. Кроме этого, обучающимся предлагается к выполнению задание по подбору ярких и нестандартных рецептов блюд с дальнейшим размещением их в поваренной книге рецептов Кулинарной студии.

Формы организации учебной деятельности. На первых занятиях учебного процесса для освоения рабочих приемов, трудовых операций по изготовлению блюд применяется фронтальная форма организации учебного процесса. Все обучающиеся выполняют одинаковые учебно-трудовые задания. Необходимым условием для организации фронтальной работы является наличие соответствующего материала, инструментов и оборудования для всей группы. Например, работа с колющими столовыми приборами, правила пользования ножами, приемы резки.

Формы занятий: лекции, практикумы, мастер-классы, демонстрационные показы.

Для занятий в студии обучающиеся заводят тетрадь / блокнот, куда записываются рецепты блюд и порядок их приготовления.

На вводном занятии проводится ознакомительная экскурсия по помещению (студии), где имеется всё необходимое для работы: оборудование, специальные технологические столы, кухонный гарнитур на специальной площади кухни, посуда, инвентарь, электропечь, холодильник. Обучающимся демонстрируется, где, что находится, объясняется, что все вещи имеют свои места, куда их следует убирать по окончании работ. Затем обучающиеся возвращаются в студию и знакомятся с вводным инструктажем по технике безопасности и пожарной безопасности.

Теме техники безопасности, санитарно-гигиеническим нормам уделяется время на каждом занятии. Обучающиеся знают о маркировке кухонного инвентаря (разделочных досок, ножей) и о её причинах, о необходимости регулярно проветривать помещение и личной гигиене. Особое внимание при работе с колющими и режущими предметами

(ножами, вилками, тёрками) и электрооборудованием (плитой, чайником, миксером, холодильником) уделяется изучению инструкции по технике безопасности.

Учебно-методические материалы:

- Планы-конспекты занятий (приложение 5.1).
- Список литературы для самостоятельной подготовки обучающихся.
- Интернет-подборки видеоматериалов.
- Персональный сайт педагога с подборкой дидактических материалов, разработок, технологических карт, видеоуроков.
- Дидактический материал для занятий (приложение 5.3.1).

4.6. Формы аттестации и демонстрации достижений

В ходе реализации программы используются следующие формы контроля/аттестации в студии являются:

- педагогическое наблюдение - это планомерный анализ и оценка участия обучающегося в воспитательно-образовательном процессе и его индивидуального прогресса в ходе усваивания материала, преодоления возникающих трудностей;
- выставка - это форма итогового контроля, осуществляемая с целью демонстрации уровня мастерства, культуры, техники исполнения приемов. Применяется при подведении итогов по теме: «Сервировка стола». Варианты готовых блюд;
- демонстрационный мастер-класс. Проводится на итоговой выставке Центра с целью демонстрации участниками образовательной программы по желанию приобретенных умений (приемов, способов, техники исполнения) по одной из тем: «Канapé», «Фруктовый еж», «Овощная, фруктовая нарезка», «Карвинг». По итогу показа лучшим участникам выдаются сертификаты за участие в мастер-классе;
- демонстрационные индивидуальные мастер-классы. Цель: трансляция имеющего или приобретенного опыта, знаний, умений в рамках программы участниками;
- зачет - форма итогового контроля на основе ответов на экзаменационные билеты, состоящие из двух вопросов по теории и одного практического задания по пройденному материалу обучения (Приложение 5.3.2);
- тестовые, контрольные, срезовые задания (устный опрос, письменный опрос, тесты). Обучающимся предлагается выполнить индивидуальные контрольные задания (теоретические и практические) в устной или письменной форме (тестирование, анкетирование, составление рецепта).
- взаимопроверка знаний и умений в мини-группах (бригадах);
- фронтальный опрос;
- конкурс «Кулинарный поединок» - форма итогового контроля/аттестации, которая проводится с целью определения уровня усвоения содержания образовательной программы. Применяется в профильных сменах для выявления наиболее способных и талантливых участников программы. Может проводиться по любой номинации в области кулинарии;
- проект. Оценка проекта, разработанного обучающимися;
- защита рецептов. Домашнее задание на самостоятельное выполнение (в кубрике). Цель данной итоговой формы контроля: просветительская работа для других участников Центра, пополнение рецептами поварской книги студии. Трансляция своего опыта, закрепление компетенции публичного выступления;
- дегустация – анализ готового блюда по заданным критериям его качества.

Описание видов контроля. Для проверки знаний, умений предусматриваются входной, текущий, итоговый виды педагогического контроля:

- входной контроль - направлен на выявление уровня подготовки обучающихся на начало обучения, дает информацию об уровне теоретической и технологической

подготовки. Предлагается входная анкета. Осуществляется на вводном занятии. Проводится беседа о мотивации выбора студии, степени увлечения кулинарным искусством. Она позволяет определить эмоциональное состояние обучающихся и настроить участников программы на ее положительное восприятие. В течение смены идет включенное педагогическое наблюдение педагога. Делается анализ, сопоставление, обобщение на предмет восприятия материала по программе обучения.

- текущий (промежуточный) контроль - осуществляется с целью контроля усвоения предыдущего или текущего материала по темам. Включает в себя следующие формы работы: задания по подготовке своего рецепта, тестовые задания по теме, ситуативные задачи, проблемная ситуация;

- итоговый, проводится по окончании изучения программы, с целью выявления усвоения обучающимися программного материала. Форма проведения – зачёт на выявление знания пройденных тем по билетам (приложение 5.3.2). По его итогам в соответствии с уровнем обученности, учащиеся получают сертификат за участие или диплом за успешное освоение курса Кулинарной студии «Мастер-Шеф». Кроме этого, заполняется итоговая анкета удовлетворенности работы в студии, самооценке способностей в кулинарном искусстве и полученных знаний, их значимости для дальнейшей жизни.

4.7. Оценочные материалы

Мониторинг результатов осуществляется с помощью следующих критериев и показателей:

Критерии и показатели освоения программы

№	Критерии	Показатели
1	Знание технологии приготовления блюд	1. Качество приготовления блюда. 2. Количество человек, освоивших учебный материал. 3. Самооценка знаний о технологии приготовления блюда.
2	Наличие умений приготовления и подачи блюд	1. Самостоятельность в процессе приготовления блюда. 2. Практика приготовления и подачи блюда. 3. Самооценка умения приготовления и подачи блюда.
3	Появление личностного смысла в организации социально-бытовой деятельности	1. Интерес к кулинарии, как области самореализации в социально-бытовой деятельности. 2. Стремление к самообслуживанию и развитию жизненной компетентности. 3. Понимание социального значения технологических знаний и умений в области кулинарии. 4. Выполнение санитарно-гигиенических требований.

4	Коммуникативные умения	<p>1. Умения слушать собеседника понимать и/ или принимать его точку зрения.</p> <p>2. Умения формулировать высказывания, задавать вопросы по рабочей ситуации и учебной задачи в бригаде.</p> <p>3. Доброжелательное отношение к другим учащимся, стремление помочь или подсказать, поделиться ингредиентами или инструментами, желание выполнять коллективные работы или руководить их выполнением.</p>
---	------------------------	---

Определение уровней освоения программы

Критерии	Показатели	Низкий 0%-30%	Средний 30%-50%	Высокий 50%-100%
Знание технологии приготовления блюд	1. Качество приготовления блюда	Блюдо имеет грубые технологические погрешности. Несовместимость продуктов.	Неровно нарезаны ингредиенты . Есть нарушения технологии, не влияющие на изменения вкусовых качеств блюда.	Аккуратно. Выполнено с соблюдением технологии изготовления .
		0% участников	9 %	91%
	2. Количество человек, освоивших учебный материал	5%	10%	85%
	3. Самооценка знаний о технологии приготовления блюда	5%	15%	80%
Наличие умений приготовления и подачи блюд	1. Самостоятельность в процессе приготовления блюда	10% участников	10%	80%
	2. Практика приготовления и подачи блюда	5%	15%	90%

	3. Самооценка умения приготовления и подачи блюда	5%	15%	85%
Появление в личностного смысла организации социально-бытовой деятельности	1. Интерес к кулинарии как области самореализации в социально-бытовой деятельности	0% участников	0%	100%
	2. Стремление к самообслуживанию и развитию жизненной компетентности	0%	0%	100%
	3. Понимание социального значения технологических знаний и умений в области кулинарии	3%	5%	82%
Коммуникативные умения	1. Умения слушать собеседника понимать и/или принимать его точку зрения	0%	0%	100%
	2. Умение формулировать высказывания, задавать вопросы по рабочей ситуации и учебной задаче в бригаде.	5%	25%	70%
	3. Доброжелательное отношение к другим учащимся, стремление помочь или подсказать, поделиться ингредиентами или инструментами, желание выполнять коллективные работы или руководить их выполнением.	0%	5%	95%

Одной из форм оценки является организованный просмотр выполненных блюд (выставка-презентация). Коллективная демонстрация, обсуждение и анализ выполненных

работ приучают обучающихся справедливо и объективно оценивать свою работу и работы других (коммуникативные умения), радоваться не только личному успеху, но и общей удаче

Критерии оценки работ, выполненных обучающимися, на выставке-презентации:

1. Самостоятельность в работе	<ul style="list-style-type: none"> – блюдо, приготовленное самостоятельно; – самостоятельный выбор дизайна блюда; – выполнение работы с небольшими корректировками педагога.
2. Трудоемкость	<ul style="list-style-type: none"> – сложное блюдо; – достаточно сложное блюдо; – «изюминка» в исполнении; – простота и доступность, обычность, следуя шаблону.
3. Креативность	<ul style="list-style-type: none"> – самостоятельное составление творческой подачи блюда; – работа выбрана по шаблону.
4. Качество приготовления блюда	<ul style="list-style-type: none"> – аккуратно, выполнено с соблюдением технологии изготовления; – есть нарушения технологии, не влияющие на изменения вкусовых качеств блюда; – блюдо имеет грубые технологические погрешности; – неровно нарезаны ингредиенты; – несовместимость продуктов.

Показатели уровней обученности

	Критерии	Низкий	Средний	Высокий
1	Разнообразие умений (предметный результат)	Имеет слабые кулинарные умения, отсутствует умение пользоваться инструментами.	Имеет отдельные кулинарные умения, умеет правильно пользоваться инструментами.	Кулинарные умения освоены в достаточной мере, умеет правильно пользоваться инструментами.
2	Глубина и широта знаний (предметный результат):	недостаточны знания по содержанию программы, знает отдельные темы, понятия, ингредиенты.	Имеет неполные знания по содержанию курса, темам, оперирует специальными терминами, не применяет дополнительную литературу, дает неполные пояснения к вопросам по анкетам.	Знания по программе освоены в достаточной мере, владеет и оперирует необходимыми понятиями, использует дополнительный материал, грамотно отвечает на вопросы анкет.
3	Активность в обучении и	Неактивен, выполняет работы	Проявляет интерес к	Проявляет активный интерес

	наличие устойчивого интереса к деятельности (личностный результат):	только по конкретным заданиям педагога.	деятельности, настойчив в достижении цели, проявляет активность на определенных этапах работы.	к деятельности, стремится к самостоятельной творческой активности, оказывает помощь другим.
4	Мотивация творческих достижений (личностный результат)	Не желает участвовать в выставке.	Участвует в выставке, но без желания.	Стремится участвовать в выставке, проявляет интерес к проведению личного мастер-класса, написанию кулинарного рецепта.
	Познавательные способности (метапредметный результат):	Не всегда может соотнести размер и форму, слабая моторика рук, воображение репродуктивное.	Четко воспринимает формы и величины, недостаточно развита моторика рук, репродуктивное воображение с элементами творчества, знает ответ на вопрос не может оформить мысль, не всегда может сконцентрировать внимание.	Обладает творческим воображением, четко отвечает на поставленные вопросы, точность в нарезке компонентов, обладает творческим воображением, устойчивое внимание, хорошее развитие моторики рук.
6	Характер отношений в коллективе (метапредметный результат):	Некоммуникабелен отсутствует желание общаться в коллективе.	Имеет желание к общению, предметной коммуникации, но часто стесняется принимать участие в делах группы.	Высокая коммуникабельность, принимает активное заинтересованное участие в делах группы.
7	Выполнение санитарно-гигиенических требований (метапредметный результата)	Отказывается полностью или очень редко соглашается выполнять санитарно-гигиенические требования.	Выполняет санитарно-гигиенические требования непостоянно или после напоминания.	Собственная организация деятельности, без напоминания педагога выполняет санитарно-гигиенические нормы.

По итогам смены педагогом заполняется «Аналитическая записка по результатам работы Кулинарной студии «Мастер-Шеф» с представлением полной информации о результатах обученности, данных рефлексии, цифровыми показателями (сохранность коллектива - количество занимающихся на начало и конец смены, количество проведенных мастер-классов, детей, принявших участие в выставке, учащихся, успешно сдавших итоговый зачет.

4.8. Список литературы

Список, рекомендованный обучающимся, для усвоения программы:

1. Брауни Джулиан. Быстро. Просто. Вкусно. – М.: ООО – Пентакл, 2008. – 319 с.
2. Девигон Жан – Пьер. Золотые рецепты кулинарии. – М.: ООО – Эксмо, 2013. – 246 с. 3. Жан - Клод Годон Фуршет. Рецепты на любой вкус. – М.: Аст – Пресс, 2004. – 160 с.
4. Зданович Л.И. Кулинарный словарь – М.: Вече – 2001. – 400 с.
5. Ингрэм Кристина (перевод У.В. Сапциной) «Салаты. Классические. Экзотические. Фруктовые» – М.: «Росмэн», 2005. – 96 с.
6. Кардиолла Мануэла – Барцетти Серджио. Фантазии из овощей и фруктов. – М.: Ниола – 21 век, 2010. – 120 с.
7. Кузнецова Маргарита Украшения блюд. Цветы из овощей. – М.: Олма – Пресс, Инвест, 2004. – 143 с.
8. Лемкуль Л. Праздничный стол Екатеринбург. – М.: У- Факторио, 2003. – 287 с.
9. Мюллер Марианна Праздник на столе, Украшения из овощей. Фантазии из фруктов и сладостей. – М.: Ниола – 21 век, 2003. – 160 с.
10. Наракхенапитадж Премалал. И съесть - то жалко. – М.: Урал Л.Т.Д., 2003. – 127 с.
11. Пособие, иллюстрированное пошаговое руководство. Карвинг. Мастер – класс Похвалина Галина. Праздничный стол. Серия «Сам себе повар», – М.: Аркаим Урал Л.Т.Д., 2004. – 120 с.
12. Репина В.Н. Чудеса на столе. – М.: Профиздат, 2003. – 80 с.
13. Степанова И. Фантазии из булочек – М.: Эксмо, 2006. – 66 с.
14. Степанова И. Фантазии из овощей и фруктов – М.: Эксмо, 2006. – 129 с.
15. Степанова И. Веселые бутерброды – М.: Эксмо, 2006. – 66с. Серия повар и поваренок. Классические закуски для фуршета – М.: Эксмо, 2005. – 32 с.
16. Украшения блюд. Фантазии из овощей и фруктов. Сборник – М.: Аст – Пресс Книга, 2005. – 302 с.

Список литературы для педагога:

1. Богушева В.С. Технология приготовления пищи: учебно-методическое пособие. М.: Феникс, 2015.
2. Малоземов С.И. Еда живая и мертвая: 5 принципов здорового питания. М.: Эксмо, 2017.
3. Мотова Е.А. Еда для радости. Записки диетолога. М.: Corpus, 2020.
4. Погожаева А.В. Книга о вкусной и здоровой пище. М.: Эксмо, 2014.

Список дополнительной литературы для педагога:

1. Богушева В. Технология приготовления пищи: учебно-методическое пособие. – М.: Феникс, 2015.
2. Богатая Л.М. Книга о вкусной и здоровой пище. – М.: ВО, АГРОПРОМИЗДАТ, 1988.
3. Буйлова Л.Н., Кочнева С.В. Организация методической службы учреждений дополнительного образования детей. – М.: ВЛАДОС, 2001.
4. Горшков А.И., Липатова О.В. Гигиена питания. – М.: Медицина, 1987. – 134-259 с.
5. Литвина ИМ. Основы правильного питания. – СПб.: АО «Комплект», Литвина ИМ, 2005.
6. Погожаева А.В. Книга о вкусной и здоровой пище. – М.: Эксмо, 2014. – 432 с.
7. Ковалев Н.И. Технология приготовления пищи. Учебник для средних специальных учебных заведений. – М.: Омега-Л, 2005. – 480 с.
8. Конышев В. А. Всё о правильном питании. – М.: 2001.

9. Королева К. М., Королев А.М. Основы правильного питания. – М.: Ижевск, 1999.
10. Кулинария здоровья: от принципов к рецептам. – СПб.: АО “Комплект”, 2005.
11. Нормативные документы:
 - Конвенция «О правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, вступила в силу для СССР 15.09.1990)
 - Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993)
 - Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 № 223-ФЗ
 - Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 № 197-ФЗ
 - Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 06.02.2020) «Об образовании в Российской Федерации»
 - Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 № 124-ФЗ
 - Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию
 - Указ Президента РФ от 7 мая 2012 г. №559 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»
 - Федеральная целевая программа развития образования на 2016-2020 годы, утвержденная постановлением Правительства РФ от 23 мая 2015 г. №497

5. ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 5.1. План-конспекты занятий

Занятие №1.

Тема: «Введение в программу».

Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности.

Основные теоретические сведения: История и понятие «Кулинария». Погружение в программу, ознакомительная экскурсия с Кулинарной студией. Правила техники безопасности на занятиях. Правила пользования нагревательными приборами (электрической плитой, блинницей, чайником). Правила обращения с режущими инструментами. Правила обращения с горячей посудой и продуктами. Экскурсия в столовую Центра на кухню. Правила эвакуации при пожаре. Задача на последствие.

Вводная часть: Кулинария - кухонное искусство, также поваренное искусство — человеческая деятельность по приготовлению пищи. Включает в себя комплекс технологий, оборудования и рецептов. Кулинария — это совокупность способов приготовления из минералов и продуктов растительного и животного происхождения самой различной пищи, необходимой для жизни и здоровья человека.

Соблюдение определённых правил при приготовлении пищи называется технологией. Методы приготовления пищи и сами ингредиенты широко варьируют у разных стран, народов, социальных групп, называются кухней и отражают уникальные взаимосвязи культуры, экономики и традиций. Приготовление пищи само по себе сильно зависит и от умения, и от образования повара. Для приготовления вкусной и здоровой пищи необходимо приобрести определённые знания по технологии и навыки по кулинарному искусству приготовления пищи.

На первом вводном занятии проводится ознакомительная экскурсия с этим помещением, где имеется необходимое для работы оборудование, специальные технологические столы, кухонный гарнитур на специальной площади кухни, посуда, инвентарь, электропечь, холодильник.

Обучающимся показывается, где, что находится, объясняется, что все вещи имеют свои места, куда их следует убирать по окончании работ. Знакомство с вводным инструктажем по технике безопасности.

Далее следует экскурсия в столовую Центра на кухню, где повара-профессионалы, шеф-повар показывают производственное оборудование и рассказывают о его назначении, объясняют, что для работы с продуктами необходима специальная одежда: фартук, косынка и вторая обувь.

Затем подростки возвращаются в студию и знакомятся с инструктажем по пожарной безопасности. Теме техники безопасности, санитарно-гигиеническим нормам уделяется время на каждом занятии. Обучающиеся знают о маркировке кухонного инвентаря (разделочных досок, ножей) и о её причинах, о необходимости регулярно проветривать помещение и личной гигиене. Особое внимание при работе с колющими и режущими предметами (ножами, вилками, тёрками) и электрооборудованием (плитой, чайником, миксером).

Инструктаж по правилам безопасного поведения на кухне.

Кухня – это помещение повышенной опасности, поэтому очень важно знать и соблюдать правила безопасного поведения:

- содержать пол на кухне чистым и сухим, чтобы не поскользнуться;
- обеспечить хорошую освещённость рабочего места;
- убирать после себя рабочее место (чистая доска, стол);
- периодически проветривать помещение.

При работе с горячей посудой и жидкостью:

- наполняя кастрюлю жидкостью, не доливать до края;

- снимая крышку с горячей посуды, приподнимать от себя;
- засыпать в кипящую жидкость крупу и другие продукты осторожно;
- на сковородку с горячим жиром продукты класть аккуратно (от себя), чтобы не разбрызгать жир;
- снимая горячую посуду с плиты, пользоваться прихватками;
- не использовать посуду с прогнувшимся дном и сломанными ручками.

При работе с ножом:

- пользоваться правильными приемами резки
- передавать нож ручкой вперед
- оставлять после работы ножи в специально отведенном месте;
- не работать с ножом в направлении к своему телу;
- крепко держать рукоятку ножа;
- использовать только хорошо заточенные ножи и инструменты;
- следить, чтобы руки и рукоятка ножа были сухими;
- не оставлять нож в положении режущей кромкой вверх;
- не оставлять нож вколотым в продукты или между ними;
- не пытаться поймать падающий нож;
- не использовать кухонный нож не по назначению;
- мыть нож после каждого применения.

Инструкция для обучающихся в Кулинарной студии «Мастер-Шеф»:

1. Требования безопасности перед началом занятия:
 - 1.1. Перед началом занятия, обучающиеся готовятся к занятию, надевают форму, девочки волосы тщательно заправляют под косынки, юноши одевают одноразовые шапочки. Все дети одевают бахилы;
 - 1.2. Проверяется наличие необходимой посуды без сколов и трещин, необходимых продуктов для приготовления пищи;
 - 1.3. Пол на кухне должен быть чистым и сухим, чтобы не поскользнуться;
 - 1.4. Обеспечивается хорошая освещенность рабочего места;
 - 1.5. После занятия убирается после себя рабочее место (чистая доска, стол);
 - 1.6. Периодически проветривается помещение.
2. При работе с горячей посудой и жидкостью:
 - 2.1. Наполняя кастрюлю жидкостью, не доливать до края;
 - 2.1. Снимая крышку с горячей посуды, приподнимать от себя;
 - 2.2. Засыпать в кипящую жидкость крупу и другие продукты осторожно;
 - 2.3. На сковородку с горячим жиром продукты класть аккуратно (от себя), чтобы не разбрызгать жир;
 - 2.4. Снимая горячую посуду с плиты, пользоваться прихватками;
 - 2.5. Не использовать посуду с прогнувшимся дном и сломанными ручками
 - 2.6. Следить, чтобы при закипании содержимое посуды не выплеснулось через край, для этого следует убавить огонь или вообще выключить плиту;
 - 2.7. Крышки горячей посуды брать только полотенцем и снимать от себя;
 - 2.8. Сковородку ставить и снимать сковородником с деревянной ручкой;
3. При работе с ножом:
 - 3.1. Пользоваться правильными приемами резки;
 - 3.2. Передавать нож ручкой вперед
 - 3.3. Оставлять после работы ножи в специально отведенном месте;
 - 3.4. Не работать с ножом в направлении к своему телу;
 - 3.5. Крепко держать рукоятку ножа;
 - 3.6. Использовать только хорошо заточенные ножи и инструменты;
 - 3.7. Следить, чтобы руки и рукоятка ножа были сухими;

- 3.8. Не оставлять нож в положении режущей кромкой вверх;
- 3.9. Не оставлять нож вколотым в продукты или между ними;
- 3.10. Не пытаться поймать падающий нож;
- 3.11. Не использовать кухонный нож не по назначению;
- 3.12. Мыть нож после каждого применения.

Общие положения инструкции по охране труда
в кабинете кулинарная студия «Мастер-Шеф»:

- настоящая инструкция по охране труда при работе в кабинете используется педагогом и обучающимися в процессе занятий по приготовлению пищи.
- в кабинете Кулинарной студии используется электрическая плита, холодильник, водопроводный кран, посуда. Оборудование должно быть исправным и проверенное на заземление.
- в кабинете должны иметься на видном месте инструкции по охране труда при работе, а также инструкции по технике безопасности при работах с оборудованием.
- при работе в студии должна использоваться следующая спецодежда и индивидуальные средства защиты: халат хлопчатобумажный, косынка или шапочка, диэлектрические коврики, прихватки.
- перед переходом на новый вид работ, использованием новых видов оборудования, механизмов, бытовых электроприборов и инструментов обучающиеся знакомятся с соответствующим инструктажем.

Требования безопасности перед началом работ:

- Надеть спецодежду (косынку, фартук), волосы убрать под косынку.
- Вымыть руки с мылом.
- Овощи перед очисткой тщательно помыть, те, которые употребляют в пищу в сыром виде, дополнительно ополосните кипячёной водой.

Требования безопасности во время работы:

- включать и выключать электроприбор сухими руками при этом брать за корпус вилки;
- снимая крышку с горячей посуды, поднимаем её от себя;
- на сковороду с горячим жиром продукты кладём аккуратно (от себя), чтобы не разбрызгивался жир;
- передавая нож или вилку, держим его только ручкой вперед.

Требования безопасности по окончании работы.

- Выключить электроплиту.
- Тщательно вымыть рабочие столы, посуду и кухонный инвентарь.

Занятие №2.

Тема: «Кухня и её оборудование». Процесс приготовления крутонов.

Основные теоретические сведения: Значение кухни в быту человека. Интерьер кухни. Оборудование кухни и его назначение. Посуда, инвентарь, приспособления. Виды посуды. Правила ухода за посудой. Моющие средства. Личная гигиена. История хлеба. Цена хлеба. Бережное, уважительное отношение к хлебу. Использование черствого хлеба для приготовления различных блюд.

Практическая работа: мастер-класс «Выпекаем крутоны (сухарики)».

Ход занятия:

Еда. Это короткое слово мы произносим сравнительно редко. И ещё реже пишем его или видим написанным. Но думаем мы о еде все же часто, точнее всю жизнь. Есть — значит жить, значит работать, значит творить, мыслить. «Уметь есть» вовсе не значит владеть столовыми приборами или не есть руками. Уметь есть — это значит питаться правильно. Почему это важно знать именно сейчас? Да просто потому, что к концу жизни будет поздно об этом заботиться. Так, что сколько бы мы ни рассуждали о еде, мы должны уметь её приготовить, да ещё по всем правилам. И это умение должно быть у каждого человека: и у ребенка, и у мужчины, и у женщины.

Тема нашего занятия: «Кухня и её оборудование». А как вы думаете, какая будет цель занятия?

Варианты ответов:

- получить знания о кулинарии, интерьере кухни;
- ознакомиться с организацией рабочего места на кухне, оборудованием и посудой для приготовления пищи, правилами ухода за оборудованием и посудой, правилами безопасной работы при занятиях кулинарией;
- повторить приемы мытья посуды и некоторых видов оборудования.

Вот сегодня вы и начнете постигать азы кулинарии, домашнего ведения хозяйства.

Знакомство с понятием «кулинария». Я думаю, вы не раз слышали слова кулинар, кулинария. А знаете ли вы, что они означают?

Кулинария – это искусство приготовления пищи, а кулинар – это человек (мастер Шеф), овладевший этим искусством. Для занятий кулинарией, как и для всякого настоящего дела, а тем более настоящего искусства, нужны призвание и талант. Ведь разнообразие готовых блюд зависит не столько от продуктов, сколько от фантазии повара, его знаний и умений. Вкус и питательность пищи во многом зависит от способа приготовления. Вот почему древняя пословица гласит: «Нет плохих продуктов, есть плохие повара».

Интерьер кухни.

Где же находится рабочее место домашнего повара? (на кухне). Кухня – это помещение для приготовления пищи, оснащенной специальным оборудованием и необходимой мебелью. Само слово «кухня» появилось в русском языке лишь в конце XVIII века, в переводе с немецкого оно означает «место для варки». Кухня есть в каждом доме: маленьком и большом, сельском и городском. Очень часто это помещение еще выполняет функцию столовой.

Кухонная утварь и посуда.

Для хранения продуктов, приготовления пищи и подачи её к столу, а также других хозяйственных целей необходима кухонная утварь: кастрюли, сковороды. Посуда может быть изготовлена из разных материалов: металла (нержавеющей стали, алюминия), пластмассы, стекла, глины. Если вы приобретаете пластмассовую посуду, обязательно поинтересуйтесь, что написано на маркировке: «для сухих продуктов», «не для пищевых целей», «для холодных продуктов». Важно знать, что использовать такую посуду только по назначению. Для подачи готовых блюд на стол нужна столовая и чайная посуда, столовые приборы. К столовым приборам относятся ножи, вилки, ложки, лопатки, щипцы. В зависимости от назначения они могут иметь различную форму и размер. Например, ложки бывают столовые, десертные, разливательные, чайные, кофейные, для соли. Вилки бывают столовые, десертные, для рыбы, для фруктов, для устриц, ножи – столовые, десертные, для масла, для рыбы.

Демонстрация столовых приборов. Уход за кухонной утварью и посудой.

Безупречно чистая кухонная утварь и посуда – первейшее условие, обеспечивающее гигиеничность пищи. Уход за ними – нелегкая и не очень приятная работа. Копоть, жир, горячая вода, моющие средства портят кожу рук, поэтому приучайтесь защищать свои руки от вредных воздействий с помощью резиновых перчаток или же мойте щетками на длинной ручке. Тем, кто откладывает мытье посуды, тратит затем на это значительно больше времени и сил. Если у вас нет возможности вымыть посуду сразу, необходимо щеткой или

куском чистой мягкой бумаги, бумажным полотенцем удалить все остатки пищи. Начинают мыть посуду с наименее загрязненной чайной, затем столовой и столовые приборы, а заканчивают уборку кухонной посудой. Для мытья кухонной утвари и посуды используют хозяйственное мыло, пищевую соду и различные моющие средства для посуды, широко представленные в магазине. Категорически запрещается использовать стиральный порошок или пасту. Каким бы средством вы не воспользовались, знайте, что после этого надо обязательно тщательно прополоскать посуду, чтобы удалить его остатки. Мыть посуду необходимо с двух сторон. Поддон, в который стекает вода, надо мыть ежедневно. Эмалированную посуду надо мыть горячей водой с каким-либо моющим средством. Скоблить ножом или щетками такую посуду нельзя. Если пригоревшие остатки пищи не удаляются, то в кастрюлю наливают воду, добавляют горсть соли и оставляют на несколько часов. Самым тщательным образом надо мыть столовые приборы с деревянными, костяными, пластмассовыми ручками. В зазоры между металлом и ручкой могут попасть остатки пищи, рассадники инфекции.

Керамическую посуду лучше мыть горячей водой с пищевой содой, после чего хорошо ополоснуть. Тарелки и всю столовую посуду моют горячей водой, а если на посуде остается жир, то используют моющие средства, а затем тщательно ополаскивают.

Так же моют и чайную посуду, налет настоя от чая или кофе легко удаляется, если протереть внутреннюю сторону чашки мягкой тряпочкой с мелкой солью или содой.

Посуду, в которой находилось тесто, молоко, сырые яйца, рыба, селедка, варенье, прежде нужно промыть холодной водой, а потом горячей. Обычно, при мытье посуды используется губка или тряпка. Важно при этом помнить, что эти предметы нужно менять как можно чаще, чтобы они не стали рассадниками инфекции.

История хлеба.

Он каждый день на нашем столе. Без него не обходится ни завтрак, ни обед. Он сопровождает нас на протяжении всей нашей жизни. Он наш верный друг, имя, которое мы произносим с любовью и теплотой. Его имя – это хлеб. Хлеб — это символ благополучия, достатка. Хлеб на столе — это богатство в доме. А часто ли мы задумываемся, когда берем хлеб в руки, сколько лет хлебу?

Первый хлеб был приготовлен из желудей. Впервые злаки (зерно) были использованы в пищу около 15000 лет до нашей эры в Средней Азии. Возможно, во время охоты или прогулки были найдены семена пшеницы. Вскоре люди начали строить свои жилища около пшеничных полей, научились смешивать протертые семена с водой, а затем запекать получившуюся смесь на плоских горячих камнях.

Египтяне научились использовать дрожжи для приготовления хлеба и изобрели первые печи для производства хлеба. Римляне усовершенствовали процесс перемалывания зерен, создали новые печи. В средние века почти во всех городах Европы были булочные. Хлеб был и остается одним из важнейших продуктов в мире.

На Руси основным видом хлеба был кисловатый черный хлеб. Пекли также ситный (муку просеивали через сито) и белый. Но простой люд, вряд ли, мог себе позволить даже на праздник отведать «Боярского» хлеба. Хлеб очень ценился. Поэтому и к пекарям было уважительное отношение. В некоторых странах они даже освобождались от налогов. В неурожайные годы хлеб был на вес золота, в муку подмешивались всевозможные овощные добавки. В конце XIX - начале XX века в России были популярны крендели, бублики, баранки, калачи.

В Санкт-Петербурге открыт в 1988 году единственный в России Государственный музей Хлеба, в нем представлено около 19000 экспонатов, посвященных хлебу.

Задание: ответить на вопросы:

1. Из чего был приготовлен первый хлеб?
2. Что клали в хлеб при выпекании египтяне?
3. Какой хлеб пекли на Руси?

Полезные советы: как освежить чёрствый хлеб.

- Белый и черный хлеб лучше хранить отдельно.
- Хлеб сохраняется дольше, если в посуду положить кусочек сырого картофеля или немного соли.
- Хлеб будет черстветь медленнее, если его завернуть в чистую ткань или положить в бумажный пакет.
- Черствый хлеб можно освежить. Для этого ломтики хлеба укладывают на сито, которое ставят над кастрюлей с кипящей водой, а сверху закрывают крышкой. Через несколько минут хлеб будет мягким.
- Хлебницу, где хранят хлеб, необходимо периодически промывать раствором уксуса.

Это интересно.

Хлебные рекордсмены. Самая длинная плетёная булка — 9,2 метра — была выпечена в городе Акапулько (Мексика) в 1996 году. А самая большая буханка хлеба была изготовлена в 1988 году в Йоханнесбурге (ЮАР). Её длина составляла 3 метра, ширина и высота — более метра, а весила Гигантская буханка одну тонну и 430 килограммов!

Хлебный король. Французский король Генрих IV ко всем своим титулам добавлял ещё один: "король хлеба". Обеспечивать хлебом нацию ещё более ответственное дело, чем править своими подданными, справедливо полагал монарх.

Хлеб – его лечебная польза. Во время колониальных войн среди английских солдат было распространено убеждение, что насморк можно вылечить, нюхая буханку свежеспечённого хлеба. Любопытно, что в древнем мире целебные свойства приписывались только чёрствому хлебу.

Весомый подарок. Излюбленным хлебным лакомством на Руси были пряники. В старину их дарили на именины, подносили невесте в виде свадебного подарка, потчевали дорогих гостей, угощали ребятишек. Праздничные пряники весили порой около пуда (более 16 кг)

Популярная добавка. За всю жизнь человек съедает в общей сложности 15 тонн хлеба! Причём основная его часть потребляется не отдельно, а заодно с другими продуктами питания. Практическая работа: нарезка хлеба (батона, хлеба).

Практический мастер-класс: Приготовление крутонов (сухарики).

Итог урока: Подведение итогов практической работы. Оформление готового блюда. Дегустация.

Уборка рабочего места. Уход за посудой.

Рефлексия:

- назовите приготовленные блюда.
- назовите основной продукт для их приготовления.

«Не красна изба углами, а красна пирогами» - так говорит пословица и в этом мудром высказывании, которое актуально и сегодня, ясно подтверждается мысль о том, что наша еда неотъемлемая часть нашей культуры. Поэтому учить вкусно, готовить, чтоб еда приносила радость, была полезной. Успехов вам в новом для вас деле.

Занятие №3.

Тема: «Русская кухня». Процесс приготовления блинов.

Основные теоретические сведения. Традиции, кулинарные рецептуры, обряды. Блюда русской кухни. История блинов.

Практическая работа: мастер-класс «Выпекание блинов».

Всем нам известно, что каждый народ имеет свой уклад жизни, обычаи, свои неповторимые песни, танцы, сказки. В каждой стране есть излюбленные блюда, особые традиции в убранстве стола и приготовлении пищи. Много в них исторически обусловленного, соответствующего национальным вкусам, образу жизни, климатическим

условиям. Тысячелетиями складывался этот образ жизни и эти привычки, в них собран коллективный опыт наших предков.

Кулинарные рецептуры, сформированные в результате многовековой эволюции, являются прекрасными образцами правильного сочетания продуктов по вкусу, а с физиологической точки зрения – по содержанию пищевых веществ.

Ещё со времён средневековой древности в нашей стране возделываются рожь, овёс, пшеница, ячмень, просо, давно наши предки заимствовали навыки изготовления муки, овладели «тайнами» выпечки различных изделий из забродившего теста. Вот почему в пище наших предков существенное значение имеют пироги, расстегаи, блины, пирожки, кулебяки, оладьи, блинчики и др. Многие из этих изделий издавна стали традиционными для праздничных столов: курники – на свадьбах, пироги, блины – на Масленицу, «жаворонки» из теста – в весенние праздники и т. д.

Не менее типичны для русской традиционной кухни блюда из всевозможных круп: различные каши, крупеники, блины, овсяные кисели, запеканки, блюда на основе гороха, а также из чечевицы.

В более северных краях нашей страны особое значение имеют блюда, приготовленные из пшена. Просо служило сырьем для получения муки, крупы, варки пива, кваса, приготовления супов и сладких блюд. Эта народная традиция сохраняется и в настоящее время. Однако следует учитывать, что пшено по своей питательности уступает другим крупам. Поэтому его следует готовить с молоком, творогом, печенкой, тыквой и другими продуктами.

Не только зерновые культуры возделывали наши предки. Из древности, сквозь века дошли до наших дней и стали основными на нашем огороде такие культуры Древнего Рима, как капуста, свёкла и репа. Наиболее широко применялась на Руси квашеная капуста, которую возможно было сохранить до нового урожая. Капуста служит незаменимой закуской, приправой к отварному картофелю и другим блюдам.

Щи из различных видов капусты являются заслуженной гордостью нашей национальной кухни, хотя их и готовили еще в Древнем Риме, где специально выращивалось очень много капусты. Просто многие овощные растения и рецепты блюд «перекочевали» из Древнего Рима через Византию на Русь после принятия на Руси христианства. В наше время капуста особенно широко используется в кулинарии северных и центральных районов России, на Урале и в Сибири.

Репа в России до конца XVIII – начала XIX в. имела такое же значение, как сегодня картофель. Репу использовали повсеместно, из нее готовили множество блюд, фаршировали, варили, парили. Репу использовали как начинку для пирогов, из неё готовили квас. Постепенно, к середине XIX века, она была вытеснена гораздо более урожайным, но значительно менее полезным картофелем (практически это пустой крахмал). А вот репка содержит в своем составе и очень ценные биохимические соединения серы, являющиеся при регулярном употреблении в пищу отличными иммуностимуляторами.

После перехода на картофель русская кухня значительно утратила свое высокое качество. Равно как и после практического отказа от русского столового хрена, тоже являющегося незаменимым подспорьем для здоровья, но сохраняющего свои полезные свойства не более 12–18 часов после приготовления, то есть требующего приготовления незадолго до подачи на стол. Потому современный магазинный «хрен в баночках» ни такими свойствами, ни должным вкусом совсем не обладает. Так что если сейчас в России русский столовый хрен и подают к семейному столу, то только по великим праздникам. Брюква почему-то в старинных источниках не упоминается, вероятно, потому что раньше брюкву не отличали от репы. Однако своеобразные вкус и запах, возможность различного кулинарного использования, транспортабельность, устойчивость при хранении позволяют думать, что отказываться от репы и брюквы в настоящее время не следует, так как они придают совершенно особый вкус многим блюдам русской народной кухни.

Из овощных культур, которые появились в России позднее, нельзя не назвать картофель. В самом начале XIX в. картофель произвел настоящий переворот в традициях русского стола, блюда из картофеля завоевали широкую популярность. В распространении картофеля и его популяризации большая заслуга принадлежит известному деятелю культуры XVIII в. А. Т. Болотову, который не только разработал агротехнику выращивания картофеля, но и предложил технологию приготовления ряда блюд.

Леса занимают в нашей стране огромные пространства, особенно на севере Урале и в Сибири. Использование даров леса – одна из характерных особенностей русской кухни. В старину большую роль в питании играли лесные орехи. Ореховое масло было одним из самых распространенных жиров. Ядра орехов толкли, добавляли немного кипятка, завертывали в тряпицу и клали под гнет. Масло постепенно стекало в миску. Ореховый жмых тоже использовали в пищу – добавляли в каши, ели с молоком, с творогом. Дробленые орехи использовали и для приготовления различных блюд и начинок.

На севере любят щи, а на юге – борщи, в Сибири и на Урале нет праздничного стола без шанег, а в Вологде – без рыбников, на Дону готовят уху с помидорами и т. д. Однако есть много общих блюд для всех областей нашей страны и общих приемов их приготовления. Главные составляющие традиционного русского стола: чёрный ржаной хлеб, который остаётся любимым и по сей день, разнообразные супы и каши, приготовляемые практически каждый день, но уже совсем не по тем же рецептам, что много лет назад (для тех нужна именно русская печь, да еще умение с ней управляться), пироги и другие бесчисленные изделия из дрожжевого теста, без которых не обходится ни одно веселье, блины, а также наши традиционные напитки – мед, квас.

Основное достоинство русской кухни – умение вбирать в себя и творчески дорабатывать, совершенствовать лучшие блюда всех народов, с которыми приходилось общаться русским людям на долгом историческом пути. Именно это сделало русскую кухню самой богатой кухней в мире.

История блинов.

Специалисты считают, что блины были первым блюдом, которое люди стали готовить после того, как научились делать муку. Об этом говорит даже само название продукта. Как утверждает известный корифей в области кулинарии Вильям Похлебкин, оно произошло от слова «млин», что в переводе с украинского значит «молоть». Именно поэтому устройство, с помощью которого изготавливается мука, называется «мельница». Отсюда можно сделать вывод, что история блинов напрямую связана с жизнью восточных славян. Все началось много веков назад. Еще до крещения Руси в каждом доме хозяйки, используя муку и воду, умели готовить тесто, из которого потом пекли пышные и румяные блинчики. Есть также мнение, что история блинов вовсе не связана с мукой. Просто однажды человек решил подогреть приготовленный накануне овсяный кисель. Вероятно, на тот момент он был очень занят, поэтому на время отвлекся. В результате жидкость запеклась и превратилась в лепешку. Так и появился первый блин.

История блинов на Руси насчитывает более тысячи лет. За это время прошла целая эпоха, на протяжении которой популярный продукт выступал в самых разных качествах. Изначально это было блюдо, которое использовали для траурных обрядов. Его готовили для умерших, провожая их в последний путь. В те годы люди верили, что так они могут кормить души своих покойных предков. Чтобы родные люди могли поесть на том свете, свежие блинчики клали в гроб на похоронах. Их пекли в больших количествах, а потом раздавали нищим и странникам, которых считали посредниками между миром живых и мертвых. Но история блинов на Руси этим не заканчивается. Долгое время этому блюду придавалось особое значение. У каждой хозяйки был свой рецепт теста, который она хранила в большой тайне и передавала родным из поколения в поколение. Опару на блины обычно ставили поздно вечером, когда все домочадцы уже спали. Считалось, что такой процесс должен был

проходить без посторонних глаз. С годами эта привычка сохранилась, а повод стал вполне обычным.

Практическое задание: замешивание теста на блины. Выпекание блинов. Итог урока: подведение итогов практической работы. Оформление готового блюда. Дегустация. Уборка рабочего места. Уход за посудой.

Занятие №4.

Тема: «Бутерброды. Канапе». Закуски.

Основные теоретические сведения: История появления бутербродов. Виды бутербродов. Продукты, используемые для приготовления бутербродов. Способы оформления открытых бутербродов. Условия и сроки хранения бутербродов.

Практическая работа: мастер-класс «Готовим канапе».

История появления бутербродов.

Бутерброд (от нем. *Butterbrot* — хлеб с маслом) — закуска, представляющая из себя ломтик хлеба, на который положены дополнительные пищевые продукты (причем не многие авторитетные ученые считают, что бутерброды придумали иудеи (евреи). Во время празднования пасхи они часто обмазывали хлеб маслом, а иногда и медом. Иудейский аналог бутербродов «приносился в жертву» вместо домашних животных. Даже маца (тонкие лепешки) часто накладывалась друг на друга, а между прослойками клали харосет - смесь из толченых орехов и фруктов. Датчане считают родиной бутербродов свою страну - они делают их с луком и копченой рыбой. А их соседи шведы, в свою очередь, претендуют на первенство, аргументируя это тем, что бутерброд — это неизменный спутник знаменитого «шведского стола». Англичане приписывают создание бутерброда Джону Сэндвичу (говорящая фамилия, не так ли?), который отличался фантастическим обжорством и мог несколько часов кряду есть ломтики хлеба, между которыми он укладывал мясо, обмазанное маслом.

Есть мнение, что изобретателем бутербродов является великий польский астроном, математик и каноник - Николай Коперник. Этот факт кажется удивительным, но, тем не менее, существует вполне реальная, задокументированная история, которая произошла в 1543 году. Коперник работал комендантом замка в городе Ольштын. Жители этого города подняли восстание против захватчиков из Германии в лице Тевтонского военно-религиозного ордена. Пришлось закрыться в замке и выдерживать долгую осаду. Неудивительно, что на ограниченном пространстве при большом скоплении людей стали распространяться болезни и эпидемии. Чтобы уменьшить смертность, Коперник придумал оригинальное решение. По его приказу были отобраны несколько групп, в каждой из которых люди питались только определенной пищей. В результате этого эксперимента выяснилось, что те группы, из рациона питания которых был исключен хлеб, практически не болели. Оказывается, во время раздачи хлеба люди часто роняли его на грязные поверхности. А потом лишь слегка отряхивали и употребляли в пищу. Коперник приказал мазать хлеб маслом, для того чтобы уронивший кусок хлеба человек просто срезал верхний слой масла вместе с болезнетворными бактериями. Удивительно, но эпидемии прекратились.

Канапе – это маленькие бутерброды на один укус, весом не более 50- 70 граммов. Задача канапе, как и любой уважающей себя закуски, своим внешним видом и вкусовыми ощущениями возбуждать аппетит. Готовят мини-бутерброды с самыми разными начинками, простые и многослойные, на основе из хрустящих крекеров и подсушенного хлеба, сладкие, пряные, острые, соленые, овощные и фруктовые. В качестве намазки используют масло с наполнителями или кладут толстый слой паштета. Дополняют канапе шпротами, отварной курицей, беконом, рыбой, сыром, икрой, маслинами, свежими или маринованными овощами, грибами, фруктами, зеленью.

Работа по оформлению канапе, может показаться утомительной, но оно того стоит – яркие, разнообразные бутерброды украсят любой стол, и сделать их можно на любой вкус. А еще хороши канапе тем, что с них можно начинать не только фуршет, но и любой званый

ужин или обед. Среди кулинаров канапе считается довольно демократичным вариантом закуска, и дает возможность бесконечно экспериментировать с формой и начинкой маленьких бутербродов. Но, как и в любой работе, в приготовлении канапе есть свои тонкости и хитрости, правила и принципы, о которых я вам расскажу.

Канапе – правила приготовления.

От обычных бутербродов канапе отличаются не только миниатюрными размерами, но и способом приготовления и подачи. Готовят канапе из тех продуктов, которые позволяет бюджет, ну и конечно учитывая то, к чему готовятся мини-бутерброды. Однако, при всем богатстве выбора, есть в технологии приготовления канапе обязательные составляющие – это маслины, сыр и виноград. Именно эти продукты завершают композицию и дают яркий, насыщенный вкус.

Основой для канапе может быть подсушенный хлеб – белый или черный, несоленые крекеры, или обычный хлеб, но не мягкий, а уже зачерствевший. Если вы планируете готовить канапе на основе из хлеба, то его нужно купить за два дня до планируемого торжества и хранить в холодильнике завернутым во влажное полотенце.

Такой хлеб хорошо режется и держит форму.

Канапе – правила сервировки.

Канапе отправляется в рот целиком, не откусывая по кусочку. Поэтому задача повара – не только удачно подобрать сочетание продуктов и красиво оформить закуску, но еще и подать кулинарное «сооружение» так, чтобы гости могли отведать закуску, не растеряв по ходу дегустации часть ингредиентов и не испачкать руки. Для этого замысловатую пирамиду крепят на шпажку, аккуратно прокалывая ею насквозь всю композицию. На стол канапе подают на плоском блюде или на блюде с ножками.

Какие бывают канапе и с чем?

Варианты приготовления различны. Как правило, для основной части фуршета используют различные комбинации, которые включаются в себя несколько основных компонентов.

Рыба. Чаще всего используют семгу, и другие виды копченых изделий. С ней прекрасно гармонирует сливочный сыр, оливки либо маслины, а основу можно выбрать по вкусу. К примеру, кусочек ржаного хлеба будет хорошим дополнением.

Мясо, ветчина. Обладает нужными вкусовыми свойствами. Спектр сочетаемости велик, выбрать можно, что по душе.

Морепродукты, креветки. Этот ингредиент придает пикантность и эстетичность. Популярным вариантом всегда остаются сырные закуска. Можно выбрать сыр одного сорта, а можно и попытаться миксовать в одной тарелке.

Отдельно поданные овощные канапе приходятся многим по вкусу. Тут сложно прогадать. А вот для десерта, прекрасно подойдет микс из фруктов, красиво нарезанных и насаженных на шпажки. За основу не редко берется хлеб, чаще всего белый. Либо хорошей заменой хлебобулочному изделию может послужить крекер, не сладкое печенье.

У многих возникает вполне логичный вопрос: «А как же есть такого рода закуска, чтобы не выглядеть глупо?». Тут все весьма просто, не нужно думать о том, как бы откусить этот чудо бутерброд с разных сторон, или пытаться съесть его в несколько этапов. Правильнее всего просто положить его в рот целиком и все.

Секреты, приготовления канапе, которые помогут сделать закуску просто идеальной. Советы в помощь любому кулинару, как начинающему, так и опытному:

– канапе, закуска, которую предпочтительно готовить непосредственно перед приходом гостей. Чтобы ингредиенты не теряли свои вкусовые качества, форму и цвет. В особенности это касается фруктов, так как они имеют свойство стекать;

– хлеб для мини бутербродов лучше заранее аккуратно нарезать и немного подсушить в тостере или духовке, для сохранения формы;

- не стоит отдавать предпочтение многоярусным канапе, так как в процессе они могут распасться, и поставит гостей в не удобное положение. Маленькие, аккуратные канапе выглядят намного эффектнее;
- нарезать все ингредиенты лучше на равные части, только нижний слой сделать чуточку больше других, для большей устойчивости;
- в качестве декорирования хороши, подходят различные виды зелени: веточки укропа, базилика, рукколы, мяты. Не редко можно встретить украшения лимоном, ягодами, кусочками маслин;
- определенной общепризнанной формы закуски канапе не существует. То есть они могут быть в форме ромба, круга, квадрата;
- хорошим решением всегда служит, разнообразие. Как правило, у каждого человека свои вкусы, кто-то любит мясо, кто-то рыбу, а кто-то является вегетарианцем. Лучше позаботится об интересах приглашенных гостей заранее;
- эксперименты – это всегда некий риск. Во избежание разочарований по окончанию приготовления, стоит пользоваться простыми правилами совместимости продуктов. К примеру, не стоит совмещать мясо с рыбой, или банан и оливками. А присмотреться к интересным сочетаниям все- таки стоит. Сочетание рыбы с цитрусовыми, создают поистине необычный вкус. А мясо отлично сочетается с киви или ананасом.

Тестирование:

Вопрос 1. Какая должна быть толщина ломтика хлеба у бутербродов?

- 1) 1-1,5 см 2) 2-3 см 3) не имеет значение

Вопрос 2. Как долго можно хранить приготовленные бутерброды при температуре +2...+6 градусов?

- 1) 5 суток 2) 3 месяца 3) 3 суток

Вопрос 3. К бутербродам не относится

- 1) канапе 2) сэндвичи 3) пирожное

Вопрос 4. В оформлении бутербродов лишнее:

- 1) Хлеб 2) Молоко 3) Масло

Практическое задание: оформление канапе.

Итог урока: подведение итогов практической работы. Прием «Телеграмма». Оформление готового блюда. Дегустация. Уборка рабочего места. Уход за посудой

Занятие №5.

Тема: «Общие требования и правила сервировки стола».

Основные теоретические сведения: последовательность сервировки стола. Назначение предметов сервировки. Правила пользования столовыми приборами. Язык жестов столовых приборов.

Практическая работа: сервировка стола к завтраку. Складывание салфеток различными способами.

Последовательность сервировки стола. Сервировать стол следует согласно следующему плану:

1. скатерть;
2. тарелки; столовые приборы;
3. бокалы, фужеры, стаканы;
4. салфетки;
5. украшение стола.

Сервировка стола начинается с расстилания на столе скатерти. Казалось бы, что может быть проще? Перекинул скатерть через стол — и дело готово. На самом деле существуют определенные правила на этот счет. Во-первых, скатерть должна быть идеально

выглажена и иметь презентабельный вид. Нет ничего хорошего в том, чтобы накрывать стол смятой скатертью или клеенкой. Разглаженная скатерть, а точнее ее углы, должны опускаться напротив ножек стола, равномерно закрывая их. К спуску скатерти со всех сторон также имеются свои требования — не менее 25 см и, ни в коем случае, не ниже сиденья стула.

Виды тарелок, демонстрация.

О предназначении большинства тарелок, можно легко догадаться по их названию, есть, однако и не совсем очевидные блюда. Пирожковая тарелка используется для подачи гренок, пирожков или хлеба. Тарелка-кокиль применяется для подачи различных закусочных блюд, таких как устрицы, салаты или рагу. Тарелка-менажница, как легко догадаться по ее форме, используется для подачи сразу нескольких видов салатов или гарниров. Также ее применяют для подачи фондю.

В яичной тарелке подают яичницу, в розетку выкладывают джем, варенье или мёд, а креманка предназначена для подачи свежих ягод, желе и фруктовых салатов.

То, какие именно тарелки вы поместите на стол в праздничный или будничные вечер, зависит от количества подаваемых блюд. Сервировка на ужин из двух блюд предполагает одни тарелки, на ужин из четырех блюд — другие.

По правилам закусочная тарелка располагается напротив каждого стула. Не стоит ставить ее на самый край стола, это выглядит не слишком презентабельно! Пирожковая тарелка ставится слева от закусочной, как вы можете видеть на фото выше. Если вы накрываете стол из нескольких блюд, в этом случае под закусочные тарелки вы помещаете столовые мелкие и т.д.

После расстановки тарелок следует сразу же разложить все необходимые столовые приборы. Ножи кладутся справа от тарелок, вилки слева. Возле ножа кладется столовая ложка. Для праздничного ужина из нескольких блюд приборы следует выложить следующим образом, начиная справа от тарелки: столовый нож, рыбный нож и нож закусочный. На пирожковую тарелку вы кладете нож для масла. В случае, если предполагается подача первых блюд, между закусочным и рыбным ножами кладется ложка для супа. Если рыба на праздничном столе не предусмотрена, столовая ложка кладется вместо рыбной. Слева от тарелок располагаются вилки, соответствующие ножам в том же порядке, в котором выложены ножи: столовая, рыбная, закусочная. Также не следует нагромождать столовые приборы один на другой, расстояние между вилками и ложками должно быть около 1 см.

Справа за тарелками мы ставим бокалы от большего к меньшему. В зависимости от того, какие напитки будут подаваться на стол, последовательно выставляются бокалы для воды, белого/красного напитка, шампанского, стакан для сока, бокал для крепких спиртных напитков и рюмки. При выставлении бокалов следует держать их за ножку, чтобы не оставлять отпечатков пальцев на самих бокалах.

Салфетки. Какой же праздничный стол без салфеток? Салфетки — это не только прекрасное украшение стола, но и очень практичная вещь. Салфетки бывают полотняными и бумажными. Тканевые салфетки не предназначены для вытирания рук или лица, для этих целей есть одноразовые бумажные салфетки. Тканевые же салфетки хорошие хозяйки обычно красиво оформляют, чтобы гости могли положить их себе на колени.

Практическое задание: сервировка стола к завтраку.

Итог урока: подведение итогов практической работы. Уборка рабочего места. Уход за посудой.

Занятие №6.

Тема: «Общие правила этикета за столом».

Основные теоретические сведения: что такое этикет, виды. Культура поведения за столом. Культура потребления пищи.

Практическая работа: проработка правил поведения за столом, демонстрация.

Еще в XVII веке на одном из пышных и изысканных приемов у французского короля Людовика 14 гостям вручили карточки с перечислением некоторых обязательных правил поведения. От французского названия карточек – «этикеток» - и произошло слово этикет. Эти правила, конечно, со временем изменялись, но многие неизменны с глубокой древности.

Этикет — это воспитанность, хорошие манеры, умение вести себя в обществе.

Об этикете.

В первую очередь нужно сказать, что существуют разные виды поведения в том или ином заведении и даже в той или иной стране. Если разбираться, как красиво есть, этот вопрос будет совершенно одним для европейских стран, в которых за столом нужно вести себя по минимуму тихо, и для азиатских, где благодарность хозяину за вкусный ужин выражают громким чавканьем и чмоканьем. Также поведение в ресторане и в гостях у родственников за столом может несколько отличаться.

Ресторанный этикет.

Разобраться, как красиво есть, очень важно тем людям, которые время от времени посещают различные рестораны. Так, тут важно правильно вести себя уже сразу же после того, как переступается порог заведения. Важно помнить, что гостей встречает метрдотель, рассказывает о том, есть ли свободные места, и проводит до желаемого столика. Также в его обязанности входит забрать верхнюю одежду посетителей. Подойдя к столу, мужчина (если пришли разнополые гости) должен сначала помочь сесть даме, немножко отодвинув ей стул, потом он уже садится сам. Также важно помнить, как правильно сидеть за столом. Что касается положения, представитель сильного пола должен находиться напротив женщины или слева от нее. Если же дама немного опаздывает, мужчина может занять место за столиком, однако, когда метрдотель проведет ее к назначенному месту, парень обязательно привстает в знак уважения.

Выбор заказа.

Когда пара уже за столом, официант обязательно подает меню. Выбирать желаемые блюда стоит не торопясь, в таких заведениях не принято спешить. Чаще всего официант увидит, что гости готовы что-то заказать, и сам подойдет. Но можно и легким движением руки подзвать обслуживающий персонал к себе. Заказ делает сначала женщина, только потом – мужчина. Однако дама может попросить парня сделать это за нее, это также допускается. Если же гости не могут определиться с выбором вина, они могут спросить совета у официанта. Также можно посоветоваться с ним по поводу того или иного блюда, это разрешено правилами этикета.

Ожидание.

Как вести себя за столом, пока заказ еще не прибыл? В это время гости могут тихонько общаться. Первым, скорее всего, официант принесет вино. Откупоривает бутылки только ресторанный служащий, мужчине не стоит срывать с места, чтобы это сделать. Сначала напиток подается дамам, потом парням. Что касается еды, то начинать кушать можно только после того, как у всех за столиком уже есть заказанные блюда.

Как сидеть.

Разбираясь, как красиво есть, важно помнить и о том, что нужно правильно сидеть за столом. Так, запрещается класть на стол локти, разваливаться на стуле, качаться на нем. Также нельзя низко наклоняться над тарелкой. Спина сидящего должна быть ровной, не нужно также сутулиться. Однако в осанке не должно быть напряжения и жесткости, все должно быть естественно. Когда происходит смена блюда, гостю разрешается немного откинуться на спинку стула, чтобы не мешать официанту и немножко отдохнуть в удобной позиции.

О еде.

Стоит помнить о том, что в ресторанах не принято торопиться, блюда едят медленно, чтобы насладиться их вкусовыми качествами. Если же пища довольно-таки горячая, нельзя

дуть на нее. Чтобы остудить, нужно только немножко подождать, поддерживая беседу. Если же произошло обжигание горячей пищей, нельзя махать себе в рот салфеткой или руками, можно только запить все водой. Различные косточки, в том числе и фруктовые, категорически запрещается выплевывать или вынимать изо рта руками. Для этого предназначена вилка, которая аккуратно подносится ко рту и все ненужное складывается туда. Если же вкус блюда человеку совершенно не понравился, можно вплотную ко рту поднести салфетку и все туда выплюнуть, не привлекая внимания окружающих возмущениями по этому поводу.

Если нужно отойти.

Культура поведения за столом имеет и свои рекомендации насчет мобильных телефонов. Так, если гостю позвонили, он может кратко сказать, что перезвонит, не отлучаясь со своего места. Однако если разговор не терпит отлагательств, обязательно нужно отойти. Разговаривать за столом по телефону – плохой тон. Также если нужно отлучиться, например, в уборную, нужно спросить разрешения у всех присутствующих за столиком. Нельзя также переговариваться с людьми, сидящими за соседним столиком. Если это товарищи или просто нужно что-то спросить, необходимо встать и подойти к ним. В случае, когда в ресторан входят знакомые, их нужно приветствовать сидя, легким киванием головы. Мужчина встает только в том случае, если к его столику присоединяется дама. Женщины же не двигаются в любых ситуациях.

Окончание трапезы.

Когда ужин подошел к концу, гости сыты и довольны, они могут попросить счет у официанта, что будет означать, что пребывание их в данном заведении подошло к концу. Обслуга принесет папку, в которой будет указан счет. Важно также помнить о чаевых – 10% от стоимости заказа. Кто должен расплачиваться – вот еще один вопрос. Так, в странах постсоветского пространства это делают преимущественно мужчины. В европейских странах женщины активно с этим борются, считая пережитком прошлого, и там каждый платит за себя. Если ужин был просто дружеским, официанта заранее можно попросить принести персональный счет, для каждого человека отдельный. Также важно помнить и о сдаче. Если она необходима, человек просто молчит. Если же в папке находятся деньги, возвращать часть которых не нужно, просто надо сказать: «Без сдачи», и на этом дело закончится. Важно помнить о том, что решать, кто будет платить, нужно заблаговременно, некрасиво это делать перед официантом. Нужно знать и о том, кому надо высказывать свои претензии. Говорить обо всем, что понравилось или не понравилось, нужно метрдотелю, а не официанту.

Правила поведения за столом.

Вспомните, как надо сидеть за столом?

- Садитесь за стол только с чистыми руками.
- Сидеть прямо, не раскачиваясь на стуле.
- Локти на стол не кладут.
- Не следует играть ложками и вилками, сворачивать край скатерти в трубочку.
- Нельзя болтать ногами и толкать соседей.
- Разговаривать во время еды.
- Есть нужно не торопясь.
- Блюда нужно аккуратно передавать друг другу, а не тянуться за ними через весь стол.
- Брать пищу из блюда нужно специальными приборами, положенными в это блюдо.
- Пищу черпать, а не сгребать с блюда, чтобы следующий, кто его возьмет, не запачкал рук.

Правильная поза за столом во время еды:

1. Следи за своей осанкой.

2. Локти на стол не клади.

Правила пользования салфеткой:

1. Разверни салфетку и положи к себе на колени.

2. Не следует салфеткой тщательно вытирать губы. Ее слегка прикладывают к губам.

3. Использованную салфетку сворачивают и кладут на тарелку.

Правила общения за столом.

1. Нельзя за столом спорить, высмеивать кого-то из присутствующих. Нельзя шептаться.

2. Разговор должен вестись в полголоса, но не шепотом. Нужно дать возможность высказаться и другим.

Как вести себя за столом.

1. Когда ешь, не откусывай сразу больших кусков, это не красиво.

2. Не разговаривай с полным ртом. Если тебе задали вопрос, сначала проглоти пищу, а потом ответь.

3. Во время еды не прихлебывай громко, не дуй на слишком горячие блюда, не стучи ложкой по тарелке.

4. Старайся есть беззвучно.

Проверка знаний: Упражнение “Корзина вежливости” (приложение 5.3.1).

Занятие №7.

Тема: «Виды фруктовых закусок». Фруктовый ёж.

Основные теоретические сведения: Правила нарезки и способы подготовки, чистки фруктов. Виды фруктовых закусок.

Практическая работа: «Оформление индивидуального и коллективного фруктового ежа».

Существует несколько правил нарезки:

- Для сервировки выбирайте широкое плоское блюдо, желательно белого цвета. На такой посуде нарезка будет выглядеть ярко и привлекательно.
- Не стоит совмещать продукты растительного и животного производства. Если это овощи – они имеют отдельное блюдо, фрукты так же (они считаются десертом). Мясо и колбасу можно совмещать.
- Нарезку не следует заправлять никаким соусом или маслом, а также посыпать специями. Если вы считаете, что украсить вкус овощей можно сметаной или майонезом, предложите гостям их отдельно в соуснике.
- Нарезка (любая) всегда должна быть очень тонко разрезана на маленькие слайсы (плоские кусочки). Грубая и толстая нарезка ингредиентов не выглядит эстетично.
- Главное правило красивой нарезки – острый нож. Совершенно неважны размеры и материал изготовления ножа (керамика или металл), вам должно быть удобно с ним работать.
- Выбирайте для нарезки только качественные и свежие продукты. Старайтесь удивить гостей необычным продуктом.
- Придерживайтесь одной формы нарезки, к примеру, полукруг или треугольник, чтобы все блюдо выглядело органично.

Фрукты. Ярким сезонным угощением для гостей станет нарезка арбуза и дыни. Такое угощение может украшать основной и десертный стол. В любом случае, оно будет к месту и очень «популярно» среди гостей.

Нарезать дыню и арбуз можно несколькими основными способами:

- Кубиками – нарезка выполняется ножом. Нарезается очищенная мякоть арбуза или дыни, очищенная от косточек. Кусочки выкладываются на сервировочное блюдо в разброс или пополам.

- Шариками – для нарезки используется специальная ложечка, которая и формирует красивый шарик. Выкладывать такую нарезку следует в широкие пиалы или креманки.
- Ломтиками – этот способ предполагает очищение плода от семенной части и нарезание треугольными ломтиками вместе со шкуркой. В данном случае можно использовать деревянные палочки (для мороженого), чтобы кусочки можно было удобно брать с блюда и есть.

Сыр. Сыр – единственный ингредиент нарезки, который успешно можно комбинировать с кусочками колбасы или мяса, создавая узоры и фигуры. Кроме того, необычайно вкусным будет комбинирование сыра с ягодами:

- Виноградом
- Клубникой
- Малиной
- Голубикой
- Виноградом

Самой вкусной считается та сырная нарезка, которая выполнена из разных сортов сыра. Комбинировать можно жирные с нежирными, соленые с ароматными из ряженого молока, с орехами и травами, с плесенью и паприкой.

Одно из самых лучших вкусовых сочетаний – сыр с медом. Данное вкусовое комбинирование дает еще одну интересную идею для нарезки: в центр сервировочного блюда можно поставить маленькую пиалу с жидким медом. Вокруг пиалы следует выложить разные сорта сыра (разнообразных вкусов), сыр можно дополнить орехами: грецкие, миндаль, кешью.

Мясная нарезка – лучшая закуска и вкусное угощение для гостей. Как правило, мясная нарезка состоит из разных сортов соленого, копченого мяса, дополняется колбасами. Мясную нарезку разрешено комбинировать с разнообразными сырами, маслинами, листьями салата или зеленью. Овощи в мясной нарезке могут пустить «сок», который весьма нежелателен для мяса. ВАЖНО: Исключением являются маленькие помидоры «черри», которые не нужно резать. Их можно аккуратно разложить поверх нарезки, добавив блюду яркости и свежести. Из мяса, нарезанного тонкими слайсами, очень удобно сворачивать аккуратные трубочки, укладывать его «чешуйками» или розочками. Нарезать мясо очень тоненько и красиво можно с помощью острого широкого ножа или специального прибора «слайсера».

Колбаса – самый «частый гость» на праздничном столе. Сервировать колбасу можно несколькими интересными способами. Делать это необходимо для того, чтобы заинтересовать всех присутствующих и возбудить у них аппетит. Колбасу можно комбинировать с сыром, маслинами, листьями салата, помидорами черри, физалисом. Из разных сортов колбасы можно выкладывать разнообразные узоры и рисунки.

Овощная нарезка обязательно должна присутствовать на столе, чтобы «выровнять» тяжесть некоторых жирных блюд: мяса, салатов с майонезом, рыбу и картошку. Для того, чтобы овощи «хотелось есть» их следует выложить на сервировочное блюдо интересными способами. Для нарезки достаточно твердых овощей (морковь, свекла, огурцы) можно использовать фигурные ножи, которые режут овощи «волной» или зигзагообразно. Маленькие овощи, к примеру, помидоры черри следует резать либо пополам или оставлять целыми. В овощную нарезку можно добавлять свежий лук. Лук лучше всего использовать менее острых сортов, чтобы он вызывал только приятные вкусовые ощущения: синий, белый, порей, шалот. Нарезать лук следует аккуратными и не толстыми кольцами.

Особенности овощной нарезки:

- Помидор очень водянистый, поэтому его следует нарезать либо крупными кольцами, либо полукольцами. Маленькие помидоры лучше всего резать на дольки (четыре штучки из одного плода). Помидоры черри режутся пополам, либо оставляются целыми.

- Огурец позволяет несколько способов нарезки: кольцами, овалами (резка наискосок), полукольцами, серпантинном (с помощью специального приспособления). Форма овоща так же позволяет резать его вдоль слайсов, полосками, брусочками.
- Лук режется только кольцами, кольца кладутся либо поверх всех овощей, либо чередуясь с ними. Украсить нарезку можно пучком свежих перьев лука, которые легко сгибаются, укладываются, делают узор.

Любую нарезку из овощей можно украсить любой зеленью: петрушкой, укропом, базиликом, листьями салата.

Яблоко. Как красиво нарезать яблоки, чтобы не темнели при нарезке? Яблоко – один из самых полезных и вкусных фруктов. Купить яблоко не проблема в любое время года. Если есть яблоко вместе с жирной пищей, это может помочь процессу пищеварения. Кислота в яблоке помогает расщеплять сложные жиры и ускорять обмен веществ. Выбрать для нарезки можно сладкое или кислое яблоко. Его структура достаточно плотная, что позволяет резать фрукт тонкими слайсами и красиво укладывать на сервировочное блюдо. Единственной и основной проблемой яблока является большое количество в нем железа, что и способствует окислению фрукта на свежем воздухе (речь идет про мякоть). Для того чтобы этого не случилось и яблоко не темнело, его нужно обработать лимонной кислотой одним из способов:

- Взбрызнуть яблочную нарезку лимонным соком.
- Промыть мякоть яблока (нарезку) в воде с лимонным соком.
- Полить яблоко соком лайма перед сервировкой.

Практическое задание: оформление фруктового ежа.

Итог урока: Подведение итогов практической работы. Оформление готового блюда.

Дегустация. Уборка рабочего места. Уход за посудой.

Занятие №8.

Тема: «Блюда из картофеля».

Основные теоретические сведения: Питательная ценность картофеля. Понятие «Драники». История. Состав теста для вареников с картофелем и способ его приготовления. Инструменты для раскатки теста. Правила варки. Знакомство и закрепление знаний о питательной ценности картофеля, определении качества картофеля, соблюдении санитарно-гигиенических правил при работе. Первичная обработка муки. Приготовление теста и начинки.

Практическая работа: мастер-класс «Вареники с картофелем» или «Драники».

Питательная ценность картофеля.

Картофель богат витаминами, минералами, растительными белками, углеводами. Он содержит много пектиновых веществ, но мало грубых волокон. Калий, которым богат картофель, способствует выведению лишней жидкости из организма и укреплению сердечной мышцы. Проросший и зеленый картофель содержит ядовитое вещество – соланин.

Название "драники" (белор. дранікі) берет свое начало из старорусского языка и происходит оно от слова "драть", то есть тереть. Ведь их готовят из сырого картофеля, который еще до появления тёрки "драли" на заостренной доске. Традиционно драники ели на завтрак, а в деревнях существовала интересная традиция: перед тем, как отведать это блюдо, полагалось всухомятку съесть корочку черного хлеба. Приготовить "правильные" белорусские драники совсем несложно, важно только помнить, что картофель должен быть особенным – выращенным на благодатной земле Белоруссии.

Но, как и любое другое популярное блюдо, драники славятся огромным разнообразием рецептов. От дома к дому, от хозяйки к хозяйке изменяются не только входящие в состав блюда ингредиенты, но и сам способ приготовления. Так, одни предпочитают натирать картофель на мелкой дерущей терке, другие же считают, что терка

должна быть непременно крупная (кстати, если вам предстоит побывать в Белоруссии, не забудьте купить там специальную терку для драников).

Кто-то добавляет лук или кефир, чтобы тертый картофель не потемнел, некоторые после обжаривания томят драники в печи или духовке. Даже сама картофельная масса может быть приготовлена тремя разными способами. Выделяют массу таркованную (натертый картофель используется вместе с выделившимся соком), клинкованную (лишний сок сцеживается) и вареную (готовят драники из истолченного отварного картофеля). Традиционно для приготовления драников используют таркованную массу, но в современной белорусской кухне встречаются рецепты, в которых используются все три варианта приготовления картофельной массы, иногда они комбинируются между собой, позволяя добиваться все новых оттенков вкуса.

Вареники, кто же их не любит? Вкусные, сладкие и такие сытные. Это национальное блюдо украинской кухни. Вареники делают с разными начинками: творог, картофель, вишня, капуста, грибы и фрукты.

Для раскатки теста существуют различные тестораскаточные машины, которые делятся на два вида: настольные (с меньшей производительностью, для малых кухонь), и напольные (с высокой производительностью, использующиеся на больших кухнях с масштабным производством изделий из теста). В быту чаще всего используют обычные скалки. Они достаточно экономичны, но главное, очень удобны в использовании.

А теперь прошу вас ответить на несколько вопросов:

- Какие ингредиенты мы будем использовать для приготовления теста для вареников?
- Какие начинки чаще всего используют при приготовлении вареников?
- Сколько времени нужно готовить вареники?
- Какие инструменты используют для раскатки теста?
- Как определить готовность вареников?

Перед приготовлением теста необходимо обработать муку. Для этого мы используем сито и просеиваем муку через него.

Отваривать вареники лучше всего в большой кастрюле, чтобы было достаточно места. Как правило, достаточно 10-15 минут, чтобы блюдо было готово. Обычно вареники всплывают на поверхность воды, когда они готовы, доставать их нужно шумовкой.

Тесто для вареников чаще всего пресное. Оно должно быть достаточно крутым, но пластичным, с возможностью тонко раскатываться, держа форму и поддаваясь лепке. Тесто должно быть мягким и не липнущим одновременно. Вареники или пельмени из него не должны рваться или раскрываться по шву во время варки, трескаться во время заморозки. Множества этих условий добиться просто, если придерживаться некоторых правил приготовления теста.

1. Жидкость для замешивания теста простым способом (вода, простокваша, молоко и т. п.) чаще всего должна быть теплой (около 40 градусов).

2. Существует два пути замешивания теста: ингредиенты в муку или муку в ингредиенты. В первом случае мука просеивается горкой, в середине делается углубление, в которое закладываются все остальные ингредиенты и в самом конце подливается понемногу жидкость, замешивая тесто. Во втором варианте наоборот – в налитую в миску жидкость добавляются в определенном порядке все ингредиенты, и в последнюю очередь подсыпается понемногу мука, замешивая тесто.

3. Тесто обычно замешивается круговыми движениями при помощи вилки, ложки или деревянной лопатки. А когда тесто становится погуще, собираясь в ком, его желателно домесить руками на притрушенной мукой рабочей поверхности (деревянной доске или столе). Очень важно тщательно вымесить тесто. Этот процесс обычно занимает 10-20 минут.

4. После того, как тесто замешено, ему нужно дать время для «отдыха», требуемого для того, чтобы клейковина, содержащаяся в муке, разбухла и активизировалась. После такого настаивания тесто не стягивается во время раскатывания,

становится эластичным и податливым. Во избежание пересыхания кома теста (заветривания) во время отдыха, накрыть его полотенцем (лучше слегка влажным), заверните в пищевую пленку или смазать растительным маслом. Время для отдыха составляет обычно 20-40 минут.

5. Часто опытные кулинары для пельменей и вареников используют одно и то же тесто. Обычно для вареников тесто раскатывается толще, чем для пельменей. Хотя, это дело вкуса каждого.

6. Если тесто, замешенное по рецепту, получилось слишком липким, и на это в рецепте нет никаких указаний, добавьте немного муки и попробуйте помесить тесто еще немного. Если тесто получилось слишком крутым, муку при работе с ним больше не добавляйте. Попробуйте сделать в комке теста выемку и добавить немножко воды или растительного масла, а затем еще раз тщательно вымесите. Тесто может стать более податливым после настаивания.

7. Очень важно для хозяйки примерно ориентироваться, сколько нужно теста для желаемого количества вареников или пельменей. Как мысленно перевести вес муки на количество изделий из нее? Конечно же, эта арифметика зависит от того, предпочитаете вы изделия с тонким тестом или потолще. Для изделий из тонкого теста из 500-700 г муки получится тесто для 80-100 небольших вареников и 120-150 пельменей.

Итог урока: Подведение итогов практической работы. Прием телеграмма. Оформление готового блюда. Дегустация. Уборка рабочего места. Уход за посудой.

Занятие №9.

Тема: «Национальная кухня». Бурятская кухня (буузы-позы).

Основные теоретические сведения: История бууз. Традиции, кулинарные рецептуры, обряды. Блюда бурятской кухни.

Практическая работа: мастер-класс «Приготовление бууз».

Буузы или как еще называют поэзы – не просто традиционное блюдо, и даже не достопримечательность республики Бурятия, а национальное достояние, душа, которую чувствуешь с первым кусом, говорят буряты.

Без этого яства не обходится ни одно значимое событие в жизни монгольского народа. Буузам посвящены стихи, фестивали, несколько фильмов и клипов, а также у них есть свой народный гимн, памятник, ежегодная премия, учрежденная ассоциацией рестораторов Улан-Удэ, и огромная армия поклонников во многих точках мира.

История блюда.

Происхождение бууз уходит далеко в историю и окутано легендами. Считается, что буузы — один из вариантов китайского блюда баоцзы. Блюдо также родственно кавказским хинкали и тюркским мантам. Подобно баоцзы и мантам, готовится на пару в так называемых позницах, буузоварах или мантоварках — специализированных для этих целей вариантах пароварки. Буряты проводят мероприятия (различные конкурсы и т.д.), посвященные этому блюду, где не только лепят и едят буузы, но и приобщают население к культуре народа. Как правильно есть буузу Бууза берётся руками. Надкусывается сбоку — так её обычно проверяют на наличие сока. Через отверстие сок выпивается. Буузу лучше есть без майонеза и кетчупа, чтобы не перебить естественный вкус.

Поэзы или буузы?

До 2010 года данное блюдо называли «позами». Однако термин «бурятские поэзы» воспринимался туристами двусмысленно и вызывал среди них волну шуток. Поэтому власти Бурятии решили вернуть историческое название «буузы», таким образом, придав блюду аутентичности и национальный колорит. С тех пор поэзы (общепит, где готовят данное кушанье)– называют буузные, поэзы (кастрюли, мантоварки) — буузницы. Тем не менее, везде, где популярно это блюдо, сейчас уживаются оба наименования.

Это кушанье появилось более 400 лет назад и история его возникновения объята легендами. Считается, что буузы произошли от китайского блюда баоцзы, но бурятские отличаются тем, что в них начинка только мясная.

Корни бууз следует искать в буддизме. Однако некоторые ученые уверены, что корни этого блюда следует искать в религии. Форма бууз символизирует безропотное подчинение монгольских племён буддизму. Потому и защипов было 33 – сакральное число для буддистов, столько было складок в одеянии тибетских священнослужителей. По другой легенде буузы придумали далекие предки кочевого народа, которые взяли за основу блюда устройство юрт. В круглом по форме жилище располагается очаг, дым из которого выходит из отверстия в крыше. Благодаря особенному воздухообмену, зимой в юрте тепло, а летом прохладно. Похожий процесс происходит и при варке поз. Кстати, на юрте сверху тоже 33 защипа. Конечно, бууза с 33 защипами – это высшее мастерство, к которому стремится большинство хозяек. У многих получается сделать только до 20 защипов. Если раньше их готовили исключительно только по праздникам, то сейчас их едят повсеместно. Кроме того, модные тренды не обходят это кушанье стороной. Любители делают черные, цветные и вегетарианские буузы. Но традиционная версия — самая популярная у любителей бууз.

Продуктовая лавка:

Для теста:

1. Вода - 1 стакан.
2. Яйцо - 1 шт.
3. Соль - 0,5 ст. ложки.
4. Мука - пока не перестанет липнуть к рукам.

Для фарша:

1. Говядина (лучше без жил и жира) - 0,5 кг.
2. Свинина (лучше без жил и жира) - 0,5 кг.
3. Сало свиное - 0,25 кг.
4. Лук мелко нарезанный - 0,5 кг.
5. Чеснок на терке мелкой - 3-4 зубчика.
6. Соль и перец - по вкусу.
7. Вода ледяная - 1 стакан.

Процесс:

1. В большую емкость (для теста) влить воду, разбить яйцо и хорошо посолить, все перемешать.
2. Муку всыпаем небольшими порциями в эту смесь и вымешиваем, пока тесто не будет липнуть к рукам.
3. Оставляем тесто "отдохнуть" на 20-30 минут.
4. Перед раскаткой, тесто надо еще раз вымесить.
5. Перемешиваем хорошо все составляющие фарша и убираем начинку будущих бууз в холодильник на 30 минут.
6. Тесто можно раскатать длинной колбасой и поделить на куски весом в 35-40 граммов, а уже потом из них сделать заготовку для будущих бууз диаметром около 10 сантиметров. Можно воспользоваться кондитерской формой или блюдцем и нарезать круги из раскатанного листа.
7. На одну буузу – столовая ложка фарша в центр, делаете защип, придерживая большим пальцем второй руки мясо, а пальцами первой руки подтягиваете тесто к защипу. В идеале – 33 раза.
8. Готовые позы кладите на поверхность, посыпанную мукой, чтобы они не прилипли и не разорвались.
9. Готовят на пару. Можно использовать мантоварку, пароварку, позницу. Главное, смажьте маслом поверхность под буузами, чтобы они не прилипли. Готовность - 20-25 минут после закипания мантоварки. Есть позы (буузы) нужно горячими, но не с самого пара.

Практическая работа: замешивание теста, лепка, приготовление на пару.

Итог урока: Подведение итогов практической работы. Оформление готового блюда.

Дегустация. Уборка рабочего места. Уход за посудой.

Занятие №10.

Тема: «Блюда из теста». Шарлотка.

Основные теоретические сведения: Виды теста, соблюдение санитарно-гигиенических правил при работе с тестом. История возникновения шарлотки и пиццы. Использование наполнителей в блюде, их ассортимент (грибная, рыбная, мясная, овощная). Технология нарезки продуктов, подачи готового блюда.

Практическая работа: мастер-класс «Шарлотка с яблоками». Происхождение названия блюда.

Первая версия — рецепт шарлотки был предложен королевой Шарлоттой, женой Георга III, в честь ее и было названо это кушанье. Вторая версия — название произошло от британского слова charlyt — блюдо из взбитых яиц с сахаром и молоком. Третья версия — название произошло благодаря истории о влюбленном поваре, посвятившего сочиненный им сладкий яблочный десерт, своей любимой, Шарлотте. Яблочная шарлотка наиболее распространена по причине доступности яблок, однако шарлотку готовят еще и с другими начинками, фруктами, ягодами, кремом или муссами. Сейчас шарлоткой именуют простой в приготовлении пирог, с начинкой из нарезанных яблок.

Основные понятия бисквитного теста.

Особенность технологии приготовления бисквитного теста — быстрое взбивание сахара - яичной массы, мгновенное (в течение 15 с) замешивание теста, очень быстрое его формирование и незамедлительная выпечка. При быстром взбивании яиц с сахаром происходит насыщение массы воздухом, что способствует образованию пористой структуры бисквита. Посуда и венчики, используемые для взбивания яиц с сахаром, должны быть безупречно чистыми, без следов жира. Бисквит выпекают при умеренной температуре (180—200° С). При более высокой температуре на поверхности бисквита образуется корочка, препятствующая удалению влаги, в результате чего бисквит может оказаться непропеченным и подгоревшим. После охлаждения такой бисквит оседает и становится плотным.

Формы для выпечки бисквитов могут использоваться круглые, овальные, фигурные и прямоугольные, соответственно предполагаемому торту.

Бисквит характеризуется легкостью, мягкостью, пышностью, имеет нежную эластичную структуру и гладкую тонкую корочку. Бисквитное тесто довольно часто используется для приготовления тортов, пирожных, рулетов и др. Это обусловлено прежде всего легкостью приготовления самого теста. Кроме того, изобретательная хозяйка может использовать разнообразные сочетания бисквита и отделочных продуктов: кремов, взбитых сливок, глазури, свежих ягод и фруктов, орехов, джемов, варенья и т. д. И хотя компоненты рецептуры одни и те же: сахар, яйца и мука, но различные их сочетания и разнообразные способы подготовки продуктов и оформления позволяют получить отличные изделия при условии точного выполнения всех указаний.

Актуализация знаний:

1. Какие виды теста вы знаете? (дрожжевое и бездрожжевое тесто).
2. Назовите виды бездрожжевого теста (бисквитное, слоеное, заварное, песочное, блинное, пельменное).
3. Какой продукт является основным для приготовления теста? (Мука)
4. Какие разрыхлители теста вы знаете? (Биохимические – дрожжи, химические – пищевая сода, механические – многократное раскатывание, взбивание).
5. Что такое десерт? (сладкие блюда, которые подают в конце приема пищи).
6. Какие виды десертов вы знаете? (холодные: компоты, желе, муссы. Горячие: пудинги, запеканки, шарлотки).

Ингредиенты для приготовления бисквитного теста:

- яйца (4 шт.);
- сахарный песок (1 стакан);
- мука (1 стакан);
- разрыхлитель (1/2 ч. ложки); - яблоки (2 крупных).

Дополнительные продукты:

- жир для смазывания формы;
- ванилин.

Практическая работа: замешивание теста, оформление, выпечка.

Итог урока: Подведение итогов практической работы. Оформление готового блюда. Дегустация. Уборка рабочего места. Уход за посудой.

Занятие №11.1.

Тема: «Фигурная нарезка овощей, винегрет».

Основные теоретические сведения: История блюда. Виды овощей, содержание в них минеральных веществ, белков, жиров, углеводов, витаминов. Методы определения качества овощей. Влияние экологии на качество овощей. Назначение, виды и технология механической обработки овощей, принципы подбора овощных гарниров к мясу, рыбе, соблюдение санитарно-гигиенических правил при работе с различными продуктами при приготовлении салатов. Виды салатов - винегрет.

Практическая работа: фигурная нарезка овощей для художественного оформления, оформление салата «Винегрет».

Вы всё ещё думаете, что винегрет – это исконно русское блюдо, потому что в нём присутствует квашеная капуста и солёные огурцы? А вот и нет. Даже историки затрудняются точно указать страну происхождения винегрета, но есть предположения, что родиной этого овощного салата может быть Германия или Скандинавия. Точнее никто не берётся сказать, но достоверно известно, что уже в 1845 году в Английской поваренной книге был рецепт шведского салата с сельдью. Он до боли напоминает современный рецепт винегрета, даже, скорее, сельдьку под шубой. В его составе были отварные овощи – картофель и свёкла, пикули, тёртое яблоко и яичный белок, и, конечно же, сельдь. А заправкой служил микс из масла, растёртого желтка, сметаны и уксуса.

Винегрет пришёлся по душе жителям Российской империи. Правда, его тут же модифицировали и стали класть в него квашеную капусту (куда же без неё?), клюкву и солёные хрустящие огурчики. Так винегрет приобрел исконно русские черты. Но и раньше, и теперь считается, что самым важным ингредиентом в винегрете служит заправка. Кстати, одна из версий происхождения названия салата привязана именно к его заправке. Продукты растительного происхождения – основные источники витаминов, минеральных и пектиновых веществ, клетчатки, органических кислот, т.е. катализаторов, стимуляторов органов пищеварения, кровообращения, мочевыделительной системы. Многие растения обладают целебными свойствами и используются в лечебном питании.

Рациональное питание человека невозможно без овощей и плодов. Все мы любим овощи, но даже и не задумываемся, с каких времен и когда появился тот или иной овощ. Например, капусту выращивают с давних времен, с 3-го тысячелетия до н.э. Родина этого растения — Средиземноморье. В наши дни ее возделывают во многих странах мира. Родиной любимого нами картофеля является Центральная и Южная Америка, где местное население ввело его в культуру земледелия примерно 14 тыс. лет назад. В середине 16 века картофель был завезен в Европу. Появление картофеля в России связано с именем Петра I, который в конце 17 века привез мешок клубней из Голландии.

Родина огурца — влажные тропические леса Индии, где это растение выращивали уже в 3-м тысячелетии до н.э.

Родина томата — тропические районы Южной и Центральной Америки. В Европе томат начали выращивать в 16 веке. На территории нашей страны томат стали возделывать

в 18 веке. Овощи отличаются большим разнообразием, они различны по внешнему виду и вкусовым свойствам.

Экспертиза качества свежих плодов проводится по показателям безопасности и показателям товарного качества, регламентируемым стандартами и нормативной документацией. К основным общим показателям товарного качества свежих плодов относится внешний вид, размер (величина), запах, вкус. Безопасность свежих плодов устанавливают по таким показателям, как токсичные элементы, пестициды, микотоксины и радионуклиды. При оценке качества продуктов переработки плодов и овощей применяются различные методы исследования: органолептические, химические, физические, физико-химические, микробиологические и др.

Органолептическая оценка качества готовых продуктов проводится путем дегустации и выявления степени соответствия качественных показателей требованиям стандартов или технических условий. Для количественного и качественного определения сахаров, витаминов, крахмала, азотистых веществ и других компонентов химического состава используются химические методы.

На предприятиях общественного питания овощи широко используют для приготовления холодных блюд, супов, соусов, овощных блюд и гарниров. Овощи подразделяют на следующие группы: клубнеплоды — картофель, топинамбур (земляная груша), батат (сладкий картофель); корнеплоды — морковь, свекла, репа, брюква, редька, редис, петрушка, пастернак, сельдерей, хрен; капустные — капуста белокочанная, краснокочанная, савойская, брюссельская, цветная, кольраби, брокколи; луковые — лук репчатый, лук зеленый, лук-порей, чеснок; пряные — укроп, эстрагон, чабер, базилик, майоран; плодовые — тыквенные (тыква, кабачки, огурцы, арбуз, дыня, патиссоны); томатные (томаты, баклажаны, стручковый перец); бобовые (горох, бобы); зерновые (сахарная кукуруза); десертные — артишоки, спаржа, ревень. Овощи, поступающие на предприятия общественного питания, проверяют по количеству и сортам в соответствии с государственными стандартами. Для этого овощи взвешивают и полученные данные сверяют с данными, указанными в сопроводительных документах, что позволяет обеспечить точный учет количества поступивших овощей.

Технологический процесс обработки овощей состоит из сортировки, мытья, очистки, до чистки после механической очистки, промывания, нарезки.

Варить овощи для салатов и винегрета следует:

- а) очищенными;
- б) неочищенными;
- в) нарезанными крупными кусками;
- г) нарезанными мелкими кусками.

Для максимального сохранения в картофеле минеральных солей его:

- а) жарят;
- б) варят в воде;
- в) варят на пару;
- г) варят в кожуре;
- д) запекают в духовом шкафу.

Правила хранения продуктов для сохранения витаминов.

1. Овощи хранят без света и при температуре +1...3°C, квашеную капусту — под слоем рассола

2. Мыть овощи можно не более 10...15 мин, иначе витамины перейдут в воду. Если квашеную капусту надо промыть, то сначала отжимают из нее рассол, потом промывают и смешивают с рассолом. В рассоле содержится до 40% общего количества витаминов.

3. Медь и железо разрушают витамин С, поэтому нельзя использовать посуду и инвентарь из этих металлов.

4. Овощи при варке закладывают в кипящую подсоленную воду, потеря витамина С минимальная. Если овощи предназначены для салатов и винегретов – их варят в кожуре.

5. Отвары от овощей не выливают, а используют в качестве добавок при варке супов, соусов, так как в них переходит большое количество витаминов.

6. Следует строго соблюдать время варки продуктов.

Практическая работа: фигурная нарезка овощей для художественного оформления, оформление салата «Винегрет».

Итог урока: Подведение итогов практической работы. Оформление готового блюда. Дегустация. Уборка рабочего места. Уход за посудой.

Занятие №11.2.

Тема: «Дальний Восток угощает - роллы!»

Основные теоретические сведения: История блюда. Отличие суши от роллов. Самостоятельная работа. Демонстрация продукта - морская капуста.

Практическая работа: оформление роллов.

Суши и роллы появились в японской культуре более 1 тыс. лет тому назад. Суши впервые появились на территории Юго-Восточной Азии. Это случилось в VI веке. Тогда, чтобы сохранить рыбу свежей, ее обматывали рисом и клали в специальные бочки с солью. После этого, в течение нескольких недель рыба проходила брожение. По истечении срока, рыбу японцы съедали, а вот рис – выбрасывали. Только в XVI веке рис стали употреблять в пищу, а в XVII веке появились рисовые суши, которые включали в себя вареный рис, рисовый солод, морепродукты и овощи. Главное свое изменение суши перетерпели в XIX веке, что и принесло им огромную популярность в Европе и Америке. В то время люди в Токио были очень суетливыми, поэтому один из местных поваров предложил покупателям особенные нигири-суши, которые можно было брать с собой. После этого в японской кулинарии появилось огромное разнообразие роллов, которые сегодня считаются настоящим деликатесом во многих странах мира. Очень быстро возникли закусочные и рестораны, в которых подавались суши, а в магазинах стали продавать специальным образом, обработанный рис для домашнего приготовления суши. С тех пор процесс приготовления суши принципиальным образом не менялся, только появлялись новые рецепты и ингредиенты для блюда.

Суши и роллы — это практически одно и то же: блюдо японской кухни с рисом и морепродуктами. Однако они немного отличаются друг от друга технологией приготовления и способом подачи. Роллы — это разновидность суши. Суши — это кусочек рыбы или морепродукта на комочке риса. А роллы (от английского roll - вращение) представляют собой небольшие рулетики. Суши подают по одной штучке, а роллов на вашей тарелке может отказаться от 6 до 8. Суши — это небольшой комочек риса, на который укладывается кусочек морепродукта (тунец, сёмга, копчёный угорь, креветка или осьминоги др.). Затем суши перевязывают тонкой полоской нори. Роллы же полностью заворачиваются в прессованные морские водоросли.

Все суши состоят из базового ингредиента — специфически приготовленного риса, к которому добавляются другие продукты. Рис является великолепным источником сложных углеводов и клетчатки.

Нори — это листья водорослей. Водоросль нори является великолепным источником йода, кальция и железа — трех минералов, необходимых для развития здорового скелета и кровеносной системы.

Для приготовления роллов используют различные начинки.

Из рыбы. Только океаническая рыба может быть использована в сыром виде как начинка для суши; речную рыбу, в которой присутствие паразитов гораздо более вероятно.

Из морепродуктов: кальмар, осьминог, креветки, рыбная икра, морской еж (уни) и различные виды моллюсков. Устрицы не используются при приготовлении суши, потому что их вкус не сочетается со вкусом риса. Все морепродукты малокалорийны, содержат йод, цинк, калий, фосфор.

Рыба и морепродукты также богаты витаминами, в частности, группы В. Маринованный дайкон (такуан), различные маринованные овощи (цукэмоно), квашеная соя (натто), авокадо, огурец, спаржа, тофу, маринованный чернослив, тыква, лопух (гобо) и сладкая кукуруза, смешанная с майонезом. Очень редко используют говядину, ветчину, колбасу и конину.

Нельзя обойтись без приправ – это соевый соус – источник ценного белка. Васаби - перетёртый корень растения васаби. Считается, что настоящий васаби убивает микробов в сырой рыбе. Сладкий, маринованный имбирь. Рисовый уксус либо специальные приправы с рисовым уксусом добавляются в рис для достижения клейкого эффекта, а также для придания специфического вкуса.

Суши — низкокалорийная пища, быстро вызывающая чувство насыщения. К примеру, на одно суши с тунцом (ломтик филе, уложенный на формованный рис) приходится всего 73 килокалорий. А на суши с кальмаром приходится 71 килокалорий. Для сравнения: в маленьком песочном печенье — около 78 килокалорий!

Самый популярный и востребованный в России ролл — «Калифорния». Классический ролл «Калифорния» относится к роллам «наизнанку» - урамаки. Исходит это из их форм-фактора — рисом наружу (inside-out rolls). По своей сути данный ролл является смешением разных кулинарных традиций, то есть фьюжном.

В настоящее время, когда культура здорового образа жизни завоевывает умы людей, японская кухня приобретает все больше последователей в разных странах. Действительно, соединение традиционной пищи (рис, морепродукты, овощи, соя) с продуктами животного происхождения и фруктами благоприятно сказывается на здоровье.

Суши и роллы несмотря на то, что немного отличаются по способу приготовления и сервировки, одинаково вкусны и полезны для здоровья.

Самостоятельная работа. Найдите в своих интернет-источниках картинки озвученного:

- Футомаки - большие, цилиндрической формы, суши в которых нори снаружи, толщиной в 3-4 см и шириной 4-5 см, имеют 2-3 вида начинки.
- Хосомаки - маленькие цилиндрической формы рулеты, с нори снаружи толщиной и шириной около 2 см имеют один вид начинки.
- Урамаки - среднего размера рулеты с двумя и более видами начинок. Отличаются от других маки, тем, что рис находится снаружи, а нори - внутри. Начинка окружена слоем нори после идет рис. Обмакнутый в икру, либо поджаренный кунжут.

Для приготовления суши и роллов необходим базовый набор:

- Водоросли Нори - 20 листов
- Имбирь розовый маринованный - 200 гр
- Васаби - 100 гр
- Рис для суши - 1 кг
- Соевый соус - 0.5 л
- Рисовый уксус - 0.5 л
- Водоросли бурые - 50 гр
- Палочки бамбуковые - 4 пары
- Циновка – правильное МАКИСА.

Итог урока: Подведение итогов практической работы. Оформление готового блюда. Дегустация. Уборка рабочего места. Уход за посудой.

Занятие №11.3.

Тема: «Профессиональная проба»

Основные теоретические сведения: Рассказ о классификации предприятий общественного питания. Знакомство с профессиями, требованиями. Описание профессии Технолог общественного питания.

Практическая работа: Составление технологической карты к блюду по выбору группы. Составление меню.

В системе общественного питания применяются следующие термины и определения согласно ГОСТ Р 50647-94, ГОСТ 30389-95:

1. Предприятие общественного питания – предприятие, предназначенное для производства кулинарной продукции, мучных кондитерских и булочных изделий, их реализации и (или) организации потребления.

2. Услуга общественного питания – результат деятельности предприятий и граждан-предпринимателей по удовлетворению потребностей населения в питании и проведении досуга.

3. Норматив развития сети – показатель, выраженный отношением установленного числа мест в сети предприятий общественного питания к расчетной численности потребителей.

4. Процесс обслуживания – совокупность операций, выполняемых исполнителем при непосредственном контакте с потребителем услуг при реализации кулинарной продукции и организации досуга.

5. Тип предприятия общественного питания – вид предприятия с характерными особенностями обслуживания, ассортимента реализуемой кулинарной продукции и номенклатуры предоставляемых потребителям услуг.

6. Класс предприятия общественного питания – совокупность отличительных признаков предприятия определенного типа, характеризующая качество предоставляемых услуг, уровень и условия обслуживания.

Классификация предприятий общественного питания.

При определении типа предприятий учитывают следующие факторы:

- ассортимент реализуемой продукции, ее разнообразие и сложность приготовления;
- техническую оснащенность;
- методы обслуживания;
- квалификацию персонала;
- качество обслуживания;
- номенклатуру предоставляемых услуг.

В настоящее время выделяют следующие типы предприятий общественного питания: ресторан, бар, кафе, столовая, закусочная, предприятие другого типа.

Ресторан – предприятие общественного питания с широким ассортиментом блюд сложного приготовления, включая заказные и фирменные, кондитерские изделия, повышенным уровнем обслуживания в сочетании с организацией отдыха.

Бар – предприятие общественного питания с барной стойкой, реализующее смешанные напитки, закуски, десерты, мучные кондитерские и булочные изделия, покупные товары.

Кафе – предприятие по организации питания и отдыха потребителей с предоставлением ограниченного по сравнению с рестораном ассортимента продукции. Реализует фирменные, заказные блюда, изделия и напитки.

Столовая – общедоступное или обслуживающее определенный контингент потребителей предприятие общественного питания, производящее и реализующее блюда в соответствии с разнообразным по дням недели меню.

Закусочная – предприятие общественного питания с ограниченным ассортиментом блюд несложного приготовления из определенного вида сырья и предназначенное для быстрого обслуживания потребителей.

Рестораны и бары по уровню обслуживания и номенклатуре предоставляемых услуг подразделяются на три класса: люкс, высший и первый, которые должны соответствовать следующим требованиям.

Классифицировать рестораны по количеству звёзд стали с 1931 г., тогда Гид Мишлен наградил лучший ресторан первой звездой. Позже классификация ресторанов была дополнена двумя и тремя звёздами. Когда мы говорим о «Мишлен», подразумеваем «Красный» справочник, в который входит информация о лучших отелях и ресторанах, ведь знаменитые звезды раздает именно «Красный». Кроме него, существует еще и «Зеленый» (туризм и достопримечательности), а также несколько побочных изданий. Отличительным знаком Мишлен является — скрещенные ножи и вилки, числом до пяти, которыми отмечается качество каждого ресторана (которое должно быть само по себе достаточно высоким для того, чтобы удостоиться упоминания в знаменитом справочнике). Но главным призом, за который бьются все без исключения рестораторы мира, являются все же звезды. В ресторан, удостоенный звезд, тут же устремляются гурманы со всей Европы, так что записываться туда порой приходится за несколько месяцев. Существует более 200 профессий пищевой промышленности.

Основные и известные профессии: повар, кондитер, технолог общественного питания, обвальщик. Мир профессий не стоит на месте. Каждый год появляются все новые и новые профессии, так как пищевая промышленность тоже не стоит на месте. Рассмотрим несколько современных профессий пищевой промышленности:

– Технолог пищевого производства – специалист, отвечающий за качество производимых продуктов на всех этапах: от поступления сырья до момента упаковки готовой продукции.

– Технолог общественного питания – это специалист по разработке, производству и контролю за качеством кулинарной и кондитерской продукции на предприятиях общественного питания.

– Обвальщик - работник мясной промышленности, специалист по определению мяса от костей.

– Дегустатор - специалист по сенсорному анализу. Он определяет качество продукта (чая, вина, кофе и т.д.) на вкус и запах.

– Пекарь, пекарь-кондитер, хлебопек - специалист по выпеканию хлеба и хлебобулочных изделий.

– Повар – специалист по приготовлению пищи. Он может из самых обычных продуктов приготовить настоящий шедевр.

– Кондитер, повар-кондитер - мастер по изготовлению сладостей. Пиццмейкер - специалист по приготовлению пиццы.

– Технолог продукции и общественного питания – востребованная профессия. Обучение будущих технологов ведется в колледжах и техникумах (код специальности 19.02.10). Описание профессии. Технология общественного питания – первичное звено в процессе организации общепита. Специалистам необходимо ежедневно работать с продуктами, а именно: оценивать качество сырья и продуктов, используемых для приготовления блюда. Соблюдать нормы закладки каждого ингредиента. Оценивать вкусовые качества и безопасность готового блюда. Знать характеристики, свойства, способы обработки и хранения конкретных продуктов. Разрабатывать рецептуру блюд, усовершенствовать используемые рецепты. На практике технология общественного питания не ограничивается перечисленными выше обязанностями. Специалисты также занимаются организацией производства, включающей: Комплектацию кухни необходимым инвентарем и техникой. Обучение персонала работе с профессиональными плитами, духовыми шкафами, другим оборудованием. Распределение работы между поварами, координацию и контроль за ее выполнением. Оформление необходимой нормативной документации. Контроль за соблюдением санитарных норм при хранении, обработке,

приготовлении продуктов и блюд. Составление технологических карт на новые позиции в меню. Подбор кадров, повышение их квалификации.

Личные качества: чтобы успешно работать в сфере продукции и общественного питания, технолог должен: свободно ориентироваться в запахах и вкусах. Правильно различать цвета. Иметь хороший глазомер зрительную память. Быть эмоционально выдержанным. Уметь быстро переключаться с одного процесса на другой. Быть аккуратным, чистоплотным. Обладать эстетическим вкусом и творческими способностями. Не бояться кулинарных экспериментов и ответственности за результат. Обладать лидерскими качествами и организаторскими способностями. Иметь хорошее здоровье и физическую выносливость.

Практическая работа: Составление технологической карты к блюду по выбору группы или составление меню на определенный прием пищи. Работа по желанию с тестом (можно воспользоваться телефоном при проверке теста.). Работа в группах по взаимопроверке теста.

Тест на тему «Кулинария» (приложение 5.3.1).

Занятие №12.

Тема: Подведение итогов работы. Зачётная деятельность.

«Советы и идеи от Мастер-Шефа».

Основные теоретические сведения: Подведение итогов работы. Форма - зачёт. Итоговая комплексная анкета. Необычные идеи, жизненные хитрости (лайфхаки на кухне), кулинарные гаджеты, способы их применения, лучшие новинки кулинарии. Подведение итогов зачёта. Вручение сертификатов. Фотографирование.

Билеты по итогам обучения в студии (предметный результат) (Приложение 5.3.3).

Идеи от «Мастер-Шефа»

1. Чтобы зелень всегда была под рукой – нарезаем пучок и складываем в пластмассовую бутылку. И в морозилку. Далее просто открыв крышку, насыпаем в блюдо.

2. Лимон покатаь, по центру шпажкой воткнуть глубоко и отжать сок. Так можно делать неоднократно.

3. Отрезаем шляпку от лимона – вставляем от флакончика чистого спреевого фистулу. И нажимаем.

Вишня чистится так: ставим бутылочку с горлышком, подходящим с размером вишни. Вишня кладется сверху горлышка. Далее шпажкой прокалываем точно по центру. Косточка вылетает без хлопот в бутылочку.

4. Чтобы быстро яйцо очистить не хлопотно: вытаскиваем ложкой яйцо в стакан, сверху заливаем холодной водой и трясем, прикрыв рукой. Яйцо очищается без хлопот.

5. Если мы резали огурец, и он остался, чтобы край не заветрелся: прикалываем хвостик шпажкой маленькой соединив вместе. Также и лимон.

6. Сельдерей, чтобы не заветрелся – заворачиваем в фольгу.

7. Помидор по центру проткнуть вилкой, не глубоко. Держим. Далее ножом от края начинаем резать ровные дольки, в том числе и между зубцами вилки. Это будет нарезка слайсами.

8. Цветная яичница: белки отделить от желтков. ЯВ два стакана. Далее миксером прокрутить цветную капусту. Сок капусты добавить в оба стакана, перемешать. Далее в один из стаканов – сок лимона. Перемешать и на сковороду жарить. Сверху два желтка.

9. Как проверить свежее яйцо – опустить в воду два сырых яйца. То, которое свежее - останется лежать на дне. А которое не свежее – всплывет.

10. Нарезать кружочками лимон и лайм и поместить в форму силиконовую, залить водой. И заморозить. Использовать, добавляя в графин с водой для питья фрэша.

11. Заморозить виноград. Добавлять в бокал с напитками после налитого содержимого.

12. Чтобы сделать гранатовый сок: поместить в пакет с зажимом ягоды граната. Закрывать и разместить их равномерно, отжать на столе, давлив. Сделать дырочку, слить сок.
 13. Чтобы бананы не испортились, нужно фольгой запечатать начало бананов.
 14. Чтобы чеснок был свежим, необходимо дыроколом сделать в листе дырки и поместить туда чеснок на хранение.
 15. Вкусный банан: срезать край у банана. Вставить пластиковую широкую трубочку в центр банана. Вытащить и залить углубление шоколадом пасты из шприца.
 16. Проколоть иголкой втулкой сырое яйцо и поставить варить, потом легко чистится.
 17. Если большой перец порезать дольками, то в них можно жарить яйцо.
 18. В длинную сырую сосиску проколоть шпажку и резать ножом по спирали от начала сосиски. Снять со шпажки, выложить в круг на сковороду и вбить яйцо. Будет осьминожек.
 19. Взять два яблока: красное и зеленое. В них вырезать формой сердечко и поменять местами, вставив в углубление.
: Яблоко порезать пополам, далее нарезать каждую половинку на тонкие фрагменты. Уложить фрагменты на полоску теста, прямым краем в центр. Полоску теста защепить на яблоки подворотом. Закрутить и запечь розочку. Выпекать 180-200, 40 минут.
 22. Картофель удлинённый порезать дольками тонко уложить в нахлест и закрутить, запечь розочкой.
 23. Яблоко. Вырезать со стороны углубления по кругу маленькие. Далее отрезать шляпку и в ней сделать выемки. На шпажку. С оставшейся половинки яблока вытащить сердцевину и наполнить ягодами. Вставить шпажку в стаканчик из яблок.
 24. Спинер из яблока. Срезать одну из сторон. Далее отступить и сделать по кругу надрез. Далее перевернуть яблоко и сделать три насечки до срезанного края ранее, причем не углы. Далее с круглой стороны надрезать каждый фрагмент и вставить в место. Чуть сдвинуть каждый.
- Таким образом, на сегодняшнем занятии мы с вами подвели итоги нашей деятельности. Заполните анкеты по итогам наших занятий (итоговая анкета, приложение 5.3.1).

Итог урока: Подведение итогов работы. Защита проекта (если требуется специфика смены Центра). Фотографирование.

Разовое занятие "Технология приготовления русских блинов» (обновленный вариант, ред.2023/ 2024 уч.г.)

Место проведения: Блинная «Мастер-Шеф».

Количество участников в группе: 12 человек.

Цель: популяризация значения этнокультурных традиций русской кухни, через процесс приготовления обучающимися русских блинов.

Задачи:

1. Познакомить с особенностями национальных культурных традиций.
2. Раскрыть традиции русской национальной кухни.
3. Обучить технологии приготовления блинов.

Предполагаемый результат:

- знание особенностей национальных культурных традиций;
- знание традиций русской национальной кухни;
- освоение технологии выпечки блинов.

Актуальность. Всероссийский детский центр «Океан» - центр популяризации национальной культуры субъектов РФ и стран АТР. В современном мире расширяются границы взаимодействия культур и народов. Увеличиваются возможности коммуникаций,

следовательно, повышается роль традиций гостеприимства, в которой большую роль имеют традиции национальных кухонь.

Тема знакомит, закрепляет знания обучающихся о Национальной русской кухне – это один из важных показателей изучения данного модуля. В кулинарном искусстве прочно сохраняются национальные особенности и традиции народа, поэтому на разовых занятиях в рамках Дня Гостеприимства, обучающиеся узнают технологический процесс приготовления русского блюда - блины, историю блюда, понимают принцип подготовки и органолептическое состояние готового блюда.

Занятие сопровождается показом наглядного материала, интерактивной беседой, презентацией. В основе занятия- деятельностный подход.

Ход занятия:

Теория: Особенности русской кухни, Гостеприимства. История блюда. Презентация. Блюда русской кухни – наглядные карточки.

Практика: Технология приготовления блинов на плите в блинной сковороде. Дегустация с медом и чаем.

Ход занятия:

- Знакомство с детьми.
- Погружение в специфику модуля и темы через беседу и презентацию на экране.
- Раздача наглядных карточек по национальной кухне, работа с карточками.
- Изучение технологии приготовления блинов.
- Замес педагога с детьми блинного теста.
- Знакомство с техникой безопасности.
- Выпечка блинов.
- Подготовка дегустации с чаем и медом.
- Подведение итогов занятия.
- Уборка рабочих мест.

Информация по теме.

Выдается каждому участнику мастер-класса в распечатанном виде.

Традиционные блины еще в языческие времена считались ритуальной пищей, олицетворявшей солнце. Их в огромном количестве поедали весной, на Масленицу. Эта традиция тоже сохранилась до наших дней. В русской кухне есть свои обычаи, свой особый «язык» и особые традиции приготовления пищи. Сегодня русский стол хорошо известен, прежде всего своими праздничными продуктами: копченой спинкой осетра (балыком), севрюжиной с хреном, малосольной лососяной (семгой), красной, черной и розовой (сиговой) икрой, маринованными и солеными грибами (рыжиками и белыми). Но это лишь малая часть того, что может предложить русская национальная кухня. С древнейших времен и до наших дней в ней сохранились блюда, составившие основу и своеобразие русского стола. Это знаменитый черный хлеб, известный на Руси еще с IX века, традиционные каши, супы, блины, пироги с разнообразной начинкой (грибной, мясной, рыбной, ягодной) и многие другие изделия из дрожжевого теста, а также напитки — мед, квас, морс, березовый сок. Все древнейшие мучные изделия создавались исключительно на основе кислого ржаного теста под воздействием грибковых культур. Так появились мучные кисели — ржаной, овсяный, гороховый. Русские методы закваски и применение теста из пшеничной муки в сочетании с ржаной дали в XIV—XV вв. новые разновидности русских национальных хлебных изделий: оладьи, шаньги, пышки (жаренные на масле), баранки, бублики (из заварного теста), а также калачи — основной национальный русский белый печеный хлеб. Некоторые современные рестораны и сегодня стараются, по мере возможности, готовить хотя бы часть своих блюд по старинным рецептам. Важная роль

в культуре старинной русской кухни всегда отводилась культуре православной: так сформировались стол «постный» (растительно-рыбно-грибной) и стол «скоромный» (молочно-яично-мясной), что оказало огромное влияние на все дальнейшее развитие русской кухни вплоть до конца XIX века. А если учесть, что по православным канонам, которые долгое время строго соблюдались, постных дней в году было от 192 до 216 (в зависимости от года), то значение «постного» стола в русской кухне вдвойне возрастает. Во время поста запрещено было есть все мясные и молочные блюда, и сейчас, когда старые традиции возвращаются в Россию, в ресторанах русской кухни вам могут предложить в дни православных постов блюда без мяса, яиц, сливочного масла. Но отсутствие этих продуктов с лихвой компенсируется удивительным вкусом традиционных блюд из рыбы, овощей, грибов и ягод. Кстати, знаменитые икра и семга, ставшие сегодня для простого россиянина продуктами праздничными, издавна считаются блюдами «полупостными»: их нельзя есть только во время самых строгих постов.

У старинной русской кухни есть и еще две интересные особенности. Во-первых, большинство блюд готовилось в русской печи в глиняных горшках при определенном температурном режиме, который невозможно повторить в современных условиях даже на самых современных плитах. Именно способ приготовления «в печи» придавал многим простым русским блюдам (кашам, супам, молочным продуктам) неповторимые вкус и колорит, которые теряются в современной готовке. Во-вторых, древнерусские блюда никогда не смешивали разные виды и типы продуктов: морковь, репа, брюква, капуста и другие овощи всегда готовились и ставились на стол отдельно. Отдельно солились разные виды грибов: белые, рыжики, опять лежали каждый в своей кадучке. Эта традиция частично сохранилась в русской кухне и сегодня.

Блюда из птицы — кур, гусей, уток — считаются в русской кухне праздничными блюдами. До сегодняшнего дня популярны блюда из тушеного мяса с капустой или крупами. С XIX в. известны Пожарские котлеты из куриного мяса, изобретенные талантливой женой трактирщика Пожарского из Торжка. Они так понравились императору Александру I, случайно посетившему захолустный трактир, что он сделал хозяина поставщиком императорского двора. Стоит попробовать старинное русское блюдо кулеш — густую похлебку из пшена на мясном бульоне или на воде с добавлением сала. Любили готовить на Руси щи богатые — из капусты с мясом. На первое часто ели похлебки овощные и рыбные — жидкие горячие блюда, похожие на крепкие отвары или легкие супы. Похлебки до сего дня присутствуют в меню русских ресторанов. В них обычно преобладает один овощной компонент, который определяет их название: луковая, картофельная, чечевичная, брюквенная похлебка. В состав похлёбок обязательно входят лук и пряности, чеснок и пряная зелень петрушки, укропа и сельдерея. С незапамятных времен на Руси был известен творог, правда, раньше его чаще называли сыром, а потому и сейчас многие блюда, в состав которых он входит, называются сырными. Например, оладьи из творога с яйцами и мукой, жареные в масле, называются сырниками.

К старинным русским напиткам, которые ныне возвращаются в русскую кухню и которые вы можете встретить в меню некоторых ресторанов, относятся сбитни и квасы. Сбитень — это пряный согревающий напиток, может быть безалкогольным, а может вариться с добавлением вина. Такой алкогольный сбитень иностранные гости средневековой Москвы издавна называли «русским глинтвейном». А квасов и вовсе существует великое множество: традиционно часть из них готовилась на основе солода, пшеничной (гречневой) и ржаной муки, а другие хлебные и фруктовые квасы изготавливались из опары.

Всевозможные салаты, овощные и мясные, вошли в русскую кухню гораздо позже, в конце XVIII — XIX вв. В этот период появился винегрет — заправленные растительным маслом и порезанные кубиками вареные и соленые овощи (картофель, морковь, свекла, огурцы или капуста). Из авторских блюд ныне знаменит у москвичей салат оливье, названный по имени его изобретателя, французского повара. Популярный рецепт: заправленные майонезом овощи (картофель, морковь, горошек, огурцы, лук и др.) и вареное

мясо (говядина или курица) теперь называется «салат оливье московский». Иногда вместо мяса в этот салат добавляют вареную колбасу.

Многие заимствованные блюда так прочно вошли в меню россиян, что уже по праву считаются национальными. Иностранцы часто не видят различий между русской, украинской, белорусской кухней. Борщ, сало, чай, шашлык, пельмени и другие изначально «нерусские» кушанья прочно обосновались в «русском» меню кафе и ресторанов. А чай «обрусел» настолько, что традиционный русский самовар, из которого издавна было принято угощать гостей чаем, стал неотъемлемым атрибутом русской культуры за рубежом.

5.2. Глоссарий

ОБВАЛКА – это один из этапов переработки мясного сырья, во время которого мясо полностью отделяется от костей. Выполняют обвалку вручную или при помощи специального оборудования.

ШПИГОВАНИЕ – это введение в продукт небольших кусочков другого продукта. Чаще всего шпигуют мясо, какими-либо пряностями – вспомните, как вы готовите буженину. Но, конечно, бывают исключения.

ФРАПИРОВАТЬ – охладить блюдо для улучшения вкуса, возможно, перед финальным этапом приготовления или перед подачей на стол. Например: фраппировать булочки перед выпеканием.

СКАНДИРОВАНИЕ – имеет несколько значений. Одно из них довольно общее подразумевающее все кондитерское искусство целиком и приготовление сладостей. В более узком смысле скандировать значит варить варенье. Если быть точным опускать в кипящий сахар фрукты и ягоды.

ОТТЯЖКА – это способ, позволяющий осветлять бульон и желе. Это довольно сложный процесс. Внешний вид супа вполне можно ухудшить, если не знать правил оттяжки.

ПРИПУСКАНИЕ – приготовление продуктов в небольшом количестве жидкости в плотно закрытой посуде. Может показаться, что пропускание ничем не отличается от пассировки, но разница в том, что последнее подразумевает легкое обжаривание мелко нарезанных овощей в небольшом количестве жира.

ЛЬЕЗОН – в переводе с французского означает «связь», «соединение». В этом переводе и скрыта суть все процесса. В смесь, в состав которой входит яйцо с водой или сливки с водой, окунают мясо и полуфабрикаты перед тем, как опустить в панировку. Льезон помогает сухарям лучше «прилипнуть» к блюду.

ВОДЯНАЯ БАНЯ – устройство для нагревания веществ, когда требуемая температура составляет до ста градусов при нормальном атмосферном давлении. Водяная баня представляет собой нагреваемое тепло, помещённое в более крупную ёмкость с водой.

АЛЬ-ДЕНТЕ – в переводе с итальянского переводится как (на зуб). Этот термин обозначает степень готовности продуктов, когда они сохраняют ощутимую при укусе упругость. Например, спагетти аль-денте или овощи аль-денте.

БЛАНШИРОВАНИЕ – обработка продуктов кипятком или паром.

ШИНКОВАНИЕ - резать на мелкие и довольно узкие кусочки. Может показаться, что шинкование – это то же самое, что и простое нарезание продуктов. Но этот термин применяется в кулинарии только относительно овощей, свежей зелени, фруктов, корней и грибов.

КУПАЖИРОВАНИЕ — это соединение нескольких сортов продукта в одно целое. Полученная смесь называется купажолем. Купажирование применяют при производстве чая, кофе, меда.

Словарь специальных кулинарных понятий:

Амбигю (от лат. ambigere – сомневаться, соединять противоположное). Обед, на котором в один прием подают горячие и холодные блюда; типичное амбигю – распространенная в XIX веке русская подача двух первых блюд: ботвиньи (холодной) и щей (горячих).

Бардирование (от франц. barder – одевать в латы). Подготовка домашней птицы и дичи для жарения, тушения целиком.

Технология приготовления пищи – наука о процессе производства кулинарной продукции (термин «технология» происходит от греческих слов «ремесло», «учение»).

Технологический процесс – ряд последовательных операций по приготовлению кулинарной продукции.

Технологическая схема – графическое изображение технологического процесса. Сырье – пищевые продукты, предназначенные для дальнейшей кулинарной обработки. Сырьем для кулинаров могут служить как сырые пищевые продукты (мясо, рыба, овощи), так и продукты пищевых производств (ветчина, колбасы, консервы).

Вес брутто – (итал. «грубый») – вес товара с упаковкой; вес продукта до первичной (холодной) обработки.

Вес нетто – (итал. «чистый») – вес продукта после его первичной обработки, т.е. вес полуфабриката. Например: вес картофеля до очистки – вес брутто, после – вес нетто.

Полуфабрикат – пищевой продукт, прошедший одну или несколько стадий кулинарной обработки без доведения до кулинарной готовности, предназначенный для дальнейшей обработки. В зависимости от способа обработки полуфабрикаты имеют различную степень готовности.

Полуфабрикат высокой степени готовности – требует минимальных энергозатрат для получения готового блюда или кулинарного изделия.

Кулинарное изделие – пищевой продукт или сочетание продуктов, доведенных до кулинарной готовности, но требующих незначительной дополнительной обработки в виде разогрева, порционирования и формирования.

Кулинарная готовность продукта – состояние продукта, готового к употреблению после кулинарной обработки, которое определяется комплексом сенсорных, физикохимических, микробиологических и медико-биологических показателей.

Блюдо – пищевой продукт или сочетание продуктов, порционированных и оформленных к употреблению. Одно из древнейших слов, существующее в неизменном по написанию и произношению виде с IX века, имеет два варианта и два значения: блюдо – вместилище еды (миска), и яство, кушанье.

Выход блюда – масса блюда в граммах, сервированного к подаче и готового к употреблению. Например: выход блюда «бифштекс рубленый» с гарниром и соусом составляет 250 граммов.

Бракераж блюда – оценка качества блюда по органолептическим показателям с целью установления наличия или отсутствия брака.

Холодная обработка продуктов – все виды обработки продуктов, предшествующие тепловой. Например: переработка, сортировка, мойка, замачивание, нарезка, отбивание, протирание, перемешивание и т.п.

Виды холодной обработки продуктов:

Панирование (фр.) – покрытие пищевого продукта обволакивающими смесями перед тепловой обработкой (мука, сухари, взбитые яйца, смесь яиц с мукой).

Льезон (фр. – связь, соединение) – смесь взбитых яиц, молока, желатина, крахмала для обработки поверхности продукта с целью сохранения его формы после тепловой обработки.

Кляр – смесь яиц, муки и специй (жидкое тесто). Применяется для покрытия рыбы, овощей, фруктов.

Карбование (нем.) – кулинарный прием, широко используемый в западноевропейской кухне, особенно ресторанной. Применяют обычно вместо отбивания мяса, путем нанесения насечек.

Каннелирование (нем.) – нанесение рисунка на поверхность продукта с помощью ножа или специальных приспособлений с целью получения фигурной нарезки.

Каннелируют огурцы, морковь, редис, лимоны, апельсины и т.д.

Тепловая обработка продуктов – все виды обработки продуктов путем нагрева.

Варка – приготовление пищевого продукта до кулинарной готовности путем полного его погружения в кипящую жидкость (вода, молоко, бульон, отвар и т.п.).

Припускание – разновидность варки продукта при минимальном соотношении объемов жидкости и продукта или в собственном соку.

Варка на пару – обработка продукта горячим паром до состояния кулинарной готовности.

Бланширование – кратковременная обработка продукта горячим паром или кипящей водой перед дальнейшей обработкой. Является вспомогательным видом тепловой обработки.

Жаренье – приготовление продукта до готовности с использованием разогретого до 120 – 180оС жира.

Основной способ жаренья – доведение продукта до готовности на сковороде или противне с разогретым жиром путем непосредственного контакта продукта с греющей поверхностью.

Фритюр (фр.) – название поварского жира и одновременно кулинарного приема, при котором применяется этот жир. Фритюр – смесь растительных и животных жиров.

Жаренье во фритюре – доведение продукта до готовности путем его полного погружения в разогретый до 180–200оС жир. Минимальное соотношение жира и продукта при этом способе – 4:1.

Жаренье на открытом огне – обработка продукта до готовности над горячими углями. Имеет 2 способа: жаренье на решетке и на вертеле. В западноевропейской кухне все продукты, жаренные над углями, носят общее название – барбекю.

Жарение в жарочном шкафу – жарение продукта на противне в закрытом объеме жарочного шкафа.

Пассерование – прогрев продукта на умеренном огне в масле до мягкости, избегая глубокого обжаривания и образования корочки. Пассеруют лук, морковь, белые корни для супов, соусов и т.д.

Тушение – комбинированный способ тепловой обработки, когда продукт обжаривают, а затем припускают в бульоне или соусе.

Запекание – комбинированный способ тепловой обработки, когда продукт предварительно припускают, варят или жарят, а затем обжаривают в жарочном шкафу.

Фламбирование (фр. – обжечь пламенем) – применяется для придания окончательного вкуса и торжественного кулинарно-декоративного эффекта. Блюдо, поданное на стол, обливают небольшим количеством спирта или коньяка и поджигают. Прием рискован и требует особого навыка. В комплект для фламбирования входят: спиртовка, специальная сковорода и крышка.

Гарнир (фр. – украсить, наполнить) – употребляется для обозначения всякого дополнения к основному блюду. В ряде зарубежных кухонь это любая меньшая часть блюда по отношению к большей.

Простой гарнир – гарнир, состоящий из одного продукта.

Сложный гарнир – включает несколько продуктов, обычно три–пять наименований.

Корнишоны – маринованные огурчики, используемые как закуска или для гарнировки блюд.

Пикули – маринованные овощи в сочетании с фруктами, нарезанные одинаковыми небольшими кусочками и предназначенные для гарнировки блюд или в качестве закуски.

Маслины – соленая приправа из зрелых, окрашенных в черный цвет плодов оливкового дерева. Используются для гарнировки блюд.

Оливки – зеленые, незрелые, маслины. Используются как закуска или приправа для остроты блюд. И оливки, и маслины являются обязательной принадлежностью мировой ресторанной кухни.

Дизайн блюда – художественное оформление эстетического облика кулинарного изделия.

Крутон (фр. – горбушка) – обжаренный ломтик хлеба, являющийся фундаментом для других продуктов при оформлении блюда к подаче. Эффективный прием, зрительно увеличивающий размеры блюда. Например: на крутоне подают котлету по-киевски, эскалоп и др.

Папильоты (фр. – бумажная обертка) – бумажные трубочки с различными вырезами и фестончиками, с помощью которых скрывают окончание костей животных или птиц, выступающих из мяса. Папильотки не только носят декоративный характер, но и играют роль ручки, за которую можно удерживать блюдо при потреблении.

Гурман (фр.) – человек, любящий вкусно поесть, иногда без меры.

Гурмэ (фр.) – человек, разбирающийся в тонкостях кулинарии, кулинарный эксперт, ценящий вкусные блюда, но не гурман.

Рецептура – количественное соотношение составных компонентов, определяющее пищевую ценность, органолептические свойства и выход готового продукта; или сведения о нормах расхода сырья на производство блюда в определенном объеме (1 порция, 1 кг., 1 литр).

Глоссарий к занятию № 11.3

Технолог пищевого производства – специалист, отвечающий за качество производимых продуктов на всех этапах: от поступления сырья до момента упаковки готовой продукции.

Технолог общественного питания – это специалист по разработке, производству и контролю за качеством кулинарной и кондитерской продукции на предприятиях общественного питания.

Обвальщик – работник мясной промышленности, специалист по определению мяса от костей.

Дегустатор – специалист по сенсорному анализу. Он определяет качество продукта (чая, кофе и т.д.) на вкус и запах.

Пекарь, пекарь-кондитер, хлебопек – специалист по выпеканию хлеба и хлебобулочных изделий.

Повар – специалист по приготовлению пищи. Он может из самых обычных продуктов приготовить настоящий шедевр.

Кондитер, повар-кондитер – мастер по изготовлению сладостей.

Пиццамейкер – специалист по приготовлению пиццы.

Шоколадье – мастер, маг и волшебник, создающий из шоколадной массы конфеты и фигурный шоколад по классическим и авторским рецептам.

5.3. Другие приложения

Приложение 5.3.1.

Диагностические методики

Входная анкета участников программы Кулинарная студия «Мастер-Шеф»

Ф.И. _____

Возраст _____

Отряд _____

Название смены _____

Название субъекта РФ, откуда приехали (край, область) _____

Итоговая анкета.

Уважаемый участник программы, ответь, пожалуйста, на наши вопросы, подчеркнув приемлемый для тебя ответ. Твои ответы помогут проанализировать и улучшить работу в студии.

1. Ты пришёл (а) в студию «Мастер-Шеф»: потому, что:

А) очень этого хотел (а);

Б) выбрал (а) эту студию из оставшихся вариантов;

В) не было выбора;

Г) свой ответ _____

2. Имеется ли у тебя практический опыт в области кулинарии?

А) да (кто и где тебя этому учили?)

Б) нет.

2. Как ты оцениваешь свои способности в предлагаемой деятельности?

А) уверен (а), что у меня всё

получится;

Б) надеюсь, что у меня всё получится;

В) вряд ли у меня получится.

Варианты итоговых тестов.

1. Отметьте буквой “С” санитарно-гигиенические требования, а буквой “П” правила безопасных приемов работы при обработке пищевых продуктов:

(...) руки мойте с мылом;	(...) уберите волосы под головной убор;
(...) проверьте исправность шнура перед включением электроприбора;	(...) включайте и выключайте электроприбор сухими руками.
(...) наденьте фартук;	

Отметьте знаком “+” все правильные ответы.

2. Витамин А содержится в:

(...) молоке	(...) печени животных
(...) яичном белке	(...) печени трески
(...) яичном желтке	

3. В качестве разрыхлителей теста применяются:

(...) сахар	(...) маргарин
(...) желатин	(...) пищевая сода
(...) дрожжи	

4. Предметами общего пользования в сервировке стола являются:

(...) вилки	(...) хлебница
(...) ложки	(...) скатерть

5. Чтобы смягчить стук приборов и тарелок по столу, под скатерть кладут:

(...) тонкий поролон	(...) шелковую ткань
(...) клеенку	(...) тяжелую мягкую ткань
(...) тонкую бумагу	

6. Перед приготовлением рис:

(...) промывают	(...) перебирают
(...) обжаривают	(...) проверяют на наличие вредителей
(...) сушат	

Салат из свежих овощей украшают:

(...) зеленью	(...) майонезом
(...) искусственными цветами	(...) фигурной нарезкой

7. Из дрожжевого теста можно приготовить:

(...) пироги	(...) торт
(...) печенье	(...) оладьи
	(...) кулич

8. Консервирующими веществами при заготовке продуктов являются:

(...) соль	(...) уксусная кислота
(...) пищевая сода	(...) лимонная кислота
(...) сахар	

9. Для максимального сохранения минеральных солей в овощах их:

(...) варят в воде	(...) запекают в духовом шкафу
(...) варят в кожуре	(...) жарят
(...) варят на пару	

10. Салфетку на колени кладут: (...) полностью развернутой

(...) сложенной вдвое с уравненными краями	(...) сложенной вдвое с верхней частью длиннее нижней
(...) сложенной вдвое с верхней частью короче нижней	(...) сложенной по диагонали

11. Праздничный стол украшают:

(...) невысокими букетами в низких вазах	(...) цветами с резким запахом
(...) цветами с длинными стеблями в высоких вазах	(...) с гирляндами из живых цветов.

12. Для приготовления желе применяются желирующие вещества:

(...) крахмал	(...) агар
(...) ваниль	(...) желатин
	(...) сахар

Дорогой друг! Ответь, пожалуйста, на вопросы, выделив правильный ответ:

1. Основной способ тепловой обработки, применяемый при приготовлении кондитерских изделий:
а) варка б) запекание в) выпекание
2. Клейковина — это
а) Растворимые белки б) Набухшие в воде белки в) Клейстеризованный крахмал
3. Что произойдёт с тестом, если увеличить время замеса:
а) станет жидким; б) затянется; в) ничего не произойдёт.
4. Температура выпекания песочное тесто:
а) 260 – 270 °С б) 190 – 220 °С в) 200 – 210 °С
5. Для приготовления песочного теста используют муку:
а) с высоким содержанием клейковины;
б) с низким содержанием клейковины; в) второго сорта.

Тестовое задание.

1. Какие виды теста вы знаете? (дрожжевое и бездрожжевое тесто)
2. Назовите виды бездрожжевого теста (бисквитное, слоеное, заварное, песочное, блинное, пельменное).
3. Какой продукт является основным для приготовления теста? (Мука).
4. Какие разрыхлители теста вы знаете? (Биохимические – дрожжи, химические – пищевая сода, механические – многократное раскатывание, взбивание).
5. Что такое десерт? (сладкие блюда, которые подают в конце приема пищи).
6. Какие виды десертов вы знаете? (холодные: компоты, желе, муссы. Горячие: пудинги, запеканки, шарлотки).

Тест на тему «Кулинария»

- 1) К горячим супам относятся:
а) окрошка б) борщ в) солянка г) молочный
- 2) Суп с солеными огурцами и перловой крупой:
а) харчо б) борщ в) рассольник г) солянка
- 3) Дополните предложение:
Старинный русский суп с капустойщи.....
- 4) Исключите лишнее:
а) бутерброды б) сэндвичи в) канапе д) тартинки е) крекеры
- 5) Напишите не менее четырех круп, которые широко применяются в питании человека
- 6) Вставьте пропущенное слово:
Макаронные изделия варят, опуская их в соленую воду
- 7) В качестве разрыхлителей для теста применяются:
а) сахар б) желатин в) дрожжи г) пищевая сода д) мука е) соль ж) корица
- 8) Какие питательные вещества входят в состав пищи:
а) белки б) жиры в) углеводы г) вода д) витамины е) минеральные вещества
ж) клетчатка
- 9) При сервировке стола к завтраку вилку кладут:
а) справа от тарелки зубцами вверх б) слева от тарелки зубцами вниз; в) справа от тарелки зубцами вниз г) слева от тарелки зубцами вверх;
- 10) Для приготовления крабового салата необходимо:
а) колбаса б) кукуруза в) горошек г) крабовые палочки д) яйцо е) перловка ж) редис
- 11) Укажите необходимую посуду и инструменты для приготовления теста:
а) сито б) миксер в) мясорубка г) тёрка д) противень е) мерный стакан
ж) кондитерские шприцы
- 12) Что является основным продуктом для приготовления теста?
а) сахар б) дрожжи в) мука г) яйцо д) сода е) масло ж) кефир

- 13) Какого привкуса не должна иметь мука?
а) сладкого б) горького в) солёного г) кислого
- 14) Что используется в качестве разрыхлителя при приготовлении бисквитного теста?
а) сода, погашенная уксусом б) взбитое масло в) взбитые белки г) дрожжи
- 15) Что входит в состав слоёного теста?
а) вода б) мука в) масло г) яйцо д) кефир е) дрожжи
- 16) Какие овощи требуют дополнительной обработки для длительного хранения?
а) репчатый лук б) огурцы в) морковь г) помидоры д) свекла е) картофель
- 17) Маринование это:
а) способ сохранения пищевых продуктов, заключающийся в почти полном удалении влаги из продуктов.
б) это уничтожение микроорганизмов и их спор путем воздействия физических факторов.
в) способ консервирования пищевых продуктов, основанный на действии кислоты, которая в определённых концентрациях подавляет жизнедеятельность многих микроорганизмов.
- 18) Расставьте в правильном порядке этапы консервирования:
а) закатывание банок б) выемка банок в) заливка маринада или рассола г) стерилизация банок д) дополнительная стерилизация е) переворачивание банок ж) закладка овощей

Контрольное тестирование.

Задание

1. Выбрать продукты для приготовления теста для вареников, бууз, пельменей:

а) мука	в) молоко	д) манка	ж) яйцо
б) вода	г) сахар	е) масло	з) соль

2. Подберите к приспособлению его назначение:

а) тёрка	раскатать тесто;
б) сито	натереть продукт;
в) взбивалка	выпекать пирог;
г) скалка	перемешать тесто;
д) противень	просеять муку

3. Выбрать продукты для приготовления теста для пиццы:

а) мука	г) сахар	ж) сода
б) творог	д) пшено	з) соль
в) молоко	е) масло	и) дрожжи

Тест

Вопрос 1. Какая должна быть толщина ломтика хлеба у бутербродов:

- 1) 1-1,5 см
- 2) 2-3 см;
- 3) не имеет значение
- 4)

Вопрос 2. Как долго можно хранить приготовленные бутерброды при температуре +2...+6 градусов?

- 1) 5 суток
- 2) 3 месяца
- 3) 3 суток

Вопрос 3. К бутербродам не относится:

- 1) канапе
- 2) сэндвичи
- 3) пирожное

Вопрос 4. В оформлении бутербродов лишнее:

- 1) хлеб
- 2) молоко
- 3) масло

Опрос «Корзина вежливости»

1. Как вы поступите, если какое-либо приглянувшееся вам блюдо находится далеко от вас? (Попросить соседа подать его).
2. Используете вы ноготь или вилку в качестве зубочистки? (Только зубочистку, и то не на виду у всех).
3. Если кто-то чихнет, нужно ли сказать ему: «Будьте здоровы»? (Лучше всего не обратить на это внимание).
4. Вы подходите к столу и хотите отодвинуть стул для себя или своей соседки. Как вы поступите? (Берем обеими руками за спинку, чуть приподнимаем и отодвигаем).
5. Следует ли девочке, садясь на стул, приподнимать юбку, чтобы не измять её? (Поднимать юбку не прилично).
6. Что делать, если Вам предложили попробовать незнакомое кушанье?
7. (Хорошо воспитанный человек будет есть каждое предложенное хозяйкой блюдо)

Прием «Телеграмма»

Суть: определяется основное понятие или название темы занятия, например, «Блин». Учащимся необходимо на каждую букву предложенного слова подобрать слова или сформулировать предложение, которые будут соответствовать их настроению, результату по итогам занятия. Таким образом, оценивается внутреннее удовлетворение или неудовлетворенность занятием и своей работой.

Ценность приема – в умении кратко формулировать мысль, определять главные мысли, результаты и отношение к занятию.

Оценка творческого коллективного проекта (готового блюда)

Показатель качества	Вкус	Цвет	Запах	Консистенция	Оформление блюд
Оценка					

Оценочные материалы. Список билетов к итоговому зачету

Билет 1

ВОПРОС 1. Перечислите санитарно-гигиенические требования и эстетические требования к организации рабочего места.

ВОПРОС 2. Виды овощей: классификация, питательная ценность, первичная обработка овощей.

ВОПРОС 3. Практическое задание (зависит от поставки категории продуктов).

Билет 2

ВОПРОС 1. Работники общественного питания личная гигиена работников предприятий общественного питания.

ВОПРОС 2. Виды теста. Технология приготовления бисквитного теста.

ВОПРОС 3. Практическое задание (зависит от поставки категории продуктов).

Билет 3

ВОПРОС 1. Виды посуды их назначение.

ВОПРОС 2. Технология приготовления СЫРНОГО супа (при реализации в программе).

Значение супов в питании.

ВОПРОС 3. Практическое задание (зависит от поставки категории продуктов).

Билет 4

ВОПРОС 1. Техника безопасности при работе с кухонным электрооборудованием, горячей жидкостью и посудой.

ВОПРОС 2. Простые формы нарезки овощей их кулинарное использование.

ВОПРОС 3. Практическое задание (зависит от поставки категории продуктов).

Билет 5

ВОПРОС 1. Техника безопасности с режущими предметами.

ВОПРОС 2. Сервировка стола к ужину.

ВОПРОС 3. Практическое задание (зависит от поставки категории продуктов).

Билет 6

ВОПРОС 1. Сервировка стола к завтраку.

ВОПРОС 2. Классификации предприятий общественного питания.

ВОПРОС 3. Практическое задание (зависит от поставки категории продуктов).

Билет 7

ВОПРОС 1. Моющие средства. Особенности применения при уходе за разными видами посуды.

ВОПРОС 2. Профессия Технолог общественного питания. Особенности.

ВОПРОС 3. Практическое задание (зависит от поставки категории продуктов).

Билет 8

ВОПРОС 1. Уход за посудой: Последовательность мытья посуды.

ВОПРОС 2. Традиции, кулинарные рецептуры, обряды. Блюда русской кухни.

ВОПРОС 3. Практическое задание (зависит от поставки категории продуктов).

Билет 9

ВОПРОС 1. Составить меню обеда. Сервировка стола, согласно меню.

ВОПРОС 2. Условия и сроки хранения бутербродов.

ВОПРОС 3. Практическое задание (зависит от поставки категории продуктов).

Билет 10

ВОПРОС 1. История и понятие «Кулинария».

ВОПРОС 2. Виды бутербродов. Канапе.

ВОПРОС 3. Практическое задание (зависит от поставки категории продуктов).

Билет 11

ВОПРОС 1. История бууз.

ВОПРОС 2. Ознакомьтесь со словарём специальных кулинарных понятий, выберите, наиболее часто используемые вами. Прокомментируйте.

ВОПРОС 3. Практическое задание (зависит от поставки категории продуктов).

Билет 12

ВОПРОС 1. Виды теста, соблюдение санитарно-гигиенических правил при работе с тестом.

ВОПРОС 2. Технологический процесс обработки овощей.

ВОПРОС 3. Практическое задание (зависит от поставки категории продуктов).

Приложение 5.3.3

Дидактический материал для занятий

В наличии: русская кухня, кухни народов Мира, виды канапе, сервировка праздничного стола, продукты - основа питания, правильное питание, шпаргалки по кашам, формула по определению суточной нормы калорий, меню-таблица белковой диеты, соусы, смузи, приправы и их назначение, составы кофе, молекулярная кухня, правильное питание, е-добавки.

материал о здоровом питании (25 штук)

Самые опасные Е-добавки

Е 124, понсо 4R (пуницый 4R), кошенильевый красный
Красно-оранжевый краситель.
Есть в кондитерских изделиях, газированных напитках, соусах этого цвета, салатных заправках, салатах.
Считается канцерогеном.
Обостряет течение бронхиальной астмы.



Самые опасные Е-добавки

Е 211, бензонат натрия
Это консервант со свойствами антибиотика и усилителя цвета.
Содержится в сладкой газированной воде, соусах для барбекю, пасте рыбной морской, лососяном масле, морепродуктах в рассоле, соевых соусах, сладостях, мороженом.
Провоцирует развитие аллергии, особенно если попадает в организм в сочетании с Е-102.



Самые опасные Е-добавки

Е 129, красный специальный
Оранжевый краситель.
Он есть в кондитерских изделиях, сладких газированных водах, соусах этого цвета.
Может вызвать аллергию и рак. Запрещен в 9 государствах Европы.



Самые опасные Е-добавки

Е216 и Е217 – консерванты (пропиловый эфир и патриевая соль)
Содержится в конфетах, шоколаде с начинкой, мясных продуктах, покрытых желе паштетах, супах и бульонах.
Воздействие на организм: пищевые отравления.



Безвредные «Е»

Добавки Е 363 - янтарная кислота (подкислитель), содержится в десертах, супах, бульонах, сухих напитках.



Самые опасные Е-добавки

Е 124, понсо 4R (пуницый 4R), кошенильевый красный
Красно-оранжевый краситель.
Есть в кондитерских изделиях, газированных напитках, соусах этого цвета, салатных заправках, салатах.
Считается канцерогеном.
Обостряет течение бронхиальной астмы.



материал к занятию №4



материал к занятию №8

Знакомая незнакомка



Картофель применяется

- В питании людей
- На корм животным
- В медицине
- В косметологии
- В промышленности

Из картофеля изготавливают:

- Крахмал
- Глюкозу
- Лекарства
- Спирт
- Патоку
- Клей
- Синтетический каучук
- Витамин С



Технологическая карта по приготовлению теста для вареников с картофелем:



1. Перемешать муку и соль, образуя из них горку с ямкой в центре
Мука, соль



2. Залить яйца
Яйца

3. Взбить массу венчиком



Венчик, миска

4. Влить холодную воду (1/2 стакана) в полученную массу



Вода

5. Размять тесто руками



Информационный блок для каждого обучающегося по итогам изучения модуля «Сытный двор»:

В русской кухне есть свои обычаи, свой особый «язык» и особые традиции приготовления пищи. Сегодня русский стол хорошо известен, прежде всего своими праздничными продуктами: копченой спинкой осетра (балыком), севрюжиной с хреном, малосольной лососиной (семгой), красной, черной и розовой (сиговой) икрой, маринованными и солеными грибами (рыжиками и белыми). Но это лишь малая часть того, что может предложить русская национальная кухня.

С древнейших времен и до наших дней в ней сохранились блюда, составившие основу и своеобразие русского стола. Это знаменитый черный хлеб, известный на Руси еще с IX века, традиционные каши, супы, блины, пироги с разнообразной начинкой (грибной, мясной, рыбной, ягодной) и многие другие изделия из дрожжевого теста, а также напитки — мед, квас, морс, березовый сок. Все древнейшие мучные изделия создавались исключительно на основе кислого ржаного теста под воздействием грибковых культур. Так появились мучные кисели — ржаной, овсяный, гороховый. Русские методы закваски и применение теста из пшеничной муки в сочетании с ржаной дали в XIV—XV вв. новые разновидности русских национальных хлебных изделий: оладьи, шаньги, пышки (жаренные на масле), баранки, бублики (из заварного теста), а также калачи — основной национальный русский белый печеный хлеб. Некоторые современные рестораны и сегодня стараются, по мере возможности, готовить хотя бы часть своих блюд по старинным рецептам.

Важная роль в культуре старинной русской кухни всегда отводилась культуре православной: так сформировались стол «постный» (растительно-рыбно-грибной) и стол «скоромный» (молочно-яично-мясной), что оказало огромное влияние на все дальнейшее развитие русской кухни вплоть до конца XIX века. А если учесть, что по православным канонам, которые долгое время строго соблюдались, постных дней в году было от 192 до 216 (в зависимости от года), то значение «постного» стола в русской кухне вдвойне возрастает. Во время поста запрещено было есть все мясные и молочные блюда, и сейчас, когда старые

традиции возвращаются в Россию, в ресторанах русской кухни вам могут предложить в дни православных постов блюда без мяса, яиц, сливочного масла. Но отсутствие этих продуктов с лихвой компенсируется удивительным вкусом традиционных блюд из рыбы, овощей, грибов и ягод. Кстати, знаменитые икра и семга, ставшие сегодня для простого россиянина продуктами праздничными, издавна считаются блюдами «полупостными»: их нельзя есть только во время самых строгих постов.

У старинной русской кухни есть и еще две интересные особенности. Во-первых, большинство блюд готовилось в русской печи в глиняных горшках при определенном температурном режиме, который невозможно повторить в современных условиях даже на самых современных плитах. Именно способ приготовления «в печи» придавал многим простым русским блюдам (кашам, супам, молочным продуктам) неповторимые вкус и колорит, которые теряются в современной готовке. Во-вторых, древнерусские блюда никогда не смешивали разные виды и типы продуктов: морковь, репа, брюква, капуста и другие овощи всегда готовились и ставились на стол отдельно. Отдельно солились разные виды грибов: белые, рыжики, опять лежали каждый в своей кадучке. Эта традиция частично сохранилась в русской кухне и сегодня.

Блюда из птицы — кур, гусей, уток — считаются в русской кухне праздничными блюдами. До сегодняшнего дня популярны блюда из тушеного мяса с капустой или крупами. С XIX в. известны пожарские котлеты из куриного мяса, изобретенные талантливой женой трактирщика Пожарского из Торжка. Они так понравились императору Александру I, случайно посетившему захолустный трактир, что он сделал хозяина поставщиком императорского двора. Стоит попробовать старинное русское блюдо кулеш — густую похлебку из пшена на мясном бульоне или на воде с добавлением сала. Любили готовить на Руси щи богатые — из капусты с мясом. На первое часто ели похлебки овощные и рыбные — жидкие горячие блюда, похожие на крепкие отвары или легкие супы. Похлебки до сего дня присутствуют в меню русских ресторанов. В них обычно преобладает один овощной компонент, который определяет их название: луковая, картофельная, чечевичная, брюквенная похлебка. В состав похлёбок обязательно входят лук и пряности, чеснок и пряная зелень петрушки, укропа и сельдерея.

С незапамятных времен на Руси был известен творог, правда, раньше его чаще называли сыром, а потому и сейчас многие блюда, в состав которых он входит, называются сырными. Например, оладьи из творога с яйцами и мукой, жареные в масле, называются сырниками.

Традиционные блины еще в языческие времена считались ритуальной пищей, олицетворявшей солнце. Их в огромном количестве поедали весной, на Масленицу. Эта традиция тоже сохранилась до наших дней.

К старинным русским напиткам, которые ныне возвращаются в русскую кухню и которые вы можете встретить в меню некоторых ресторанов, относятся сбитни и квасы. Сбитень — это пряный согревающий напиток, может быть безалкогольным, а может вариться с добавлением вина. Такой алкогольный сбитень иностранные гости средневековой Москвы издавна называли «русским глинтвейном». А квасов и вовсе существует великое множество: традиционно часть из них готовилась на основе солода, пшеничной (гречневой) и ржаной муки, а другие хлебные и фруктовые квасы изготавливались из опары.

Всевозможные салаты, овощные и мясные, вошли в русскую кухню гораздо позже, в конце XVIII — XIX вв. В этот период появился винегрет — заправленные растительным маслом и порезанные кубиками вареные и соленые овощи (картофель, морковь, свекла, огурцы или капуста). Из авторских блюд ныне знаменит у москвичей салат оливье, названный по имени его изобретателя, французского повара. Популярный рецепт: заправленные майонезом овощи (картофель, морковь, горошек, огурцы, лук и др.) и вареное мясо (говядина или курица) теперь называется «салат оливье московский». Иногда вместо мяса в этот салат добавляют вареную колбасу.

Многие заимствованные блюда так прочно вошли в меню россиян, что уже по праву считаются национальными. Иностранцы часто не видят различий между русской,

украинской, белорусской кухней. Борщ, сало, чай, шашлык, пельмени и другие изначально «нерусские» кушанья прочно обосновались в «русском» меню кафе и ресторанов. А чай «обрусел» настолько, что традиционный русский самовар, из которого издавна было принято угощать гостей чаем, стал неотъемлемым атрибутом русской культуры за рубежом.

Результативность реализации программы «Кулинарная студия «Мастер-шеф»

Наименование блюда	Смена 11, программа «Шоу-Мастер», 2020 год, группа 12 человек			Смена 13, программа «В центре событий», 2021 год, группа 13 человек		
	Данное блюдо я приготовил впервые			Данное блюдо я приготовил впервые		
	Впервые	Уже был опыт самостоятельного приготовления	Готовил с кем-то	Впервые	Уже был опыт самостоятельного приготовления	Готовил с кем-то
Крутоны	58%	25%	17%	75%	25%	8%
Блины	8%	67%	25%	25%	67%	17%
Фруктовый еж	83%	8%	8%	67%	25%	17%
Канапе	25%	58%	17%	58%	17%	25%
Буузы, манты	75%	17%	8%	58%	8%	42%
Драники	17%	67%	17%	75%	25%	8%
Шарлотка	33%	58%	8%	25%	50%	25%

Результаты анкеты о удовлетворённости обучающихся занятиями в студии (смена 9, программа «Фабрика добрых дел», 2020 год, группа - 14 человек)

1. Удовлетворены ли Вы посещением студии: «да» - 14 чел., «нет» - 0.
2. Что, по вашему мнению, нужно изменить в студии: «Меня все устраивает» -2 чел., «считаю, что все хорошо, больше добавить занятий» - 2 чел., «больше места в студии, разнообразить меню» -1 чел., «добавить больше блюд, ничего» – 6 чел.
3. На какой вопрос Вы не получили ответ в студии: «На всё ответили, у меня не было вопросов, такого нет, все было понятно» - 4 чел.
4. «Какой, по вашему мнению, нужно добавить мастер-класс в студии?»: маффины, больше фруктов, смузи, десерт, работа с рыбой, пироги, гороховый суп, наполеон, борщ.
5. Какой, по вашему мнению, мастер-класс нужно заменить на другой?: «Канапе, на более сытное», «крутоны на блины», «ни на какой», «фруктового ежа поменять на пирог», «ежа на борщ», «фруктовый еж на супы», «меня все устроило».

Результаты выявления уровня знаний по критерию «Глубина и широта предметных знаний» (смена 10, программа «Дети Мира», 2021 год, группа 14 человек)

Знание видов теста- 100% обученных

Знание ингредиентов – 100%

Знание десертов- 100%.

(выявлено на основе выполнения тестового задания).

Результаты обученности программы Кулинарная студия «Мастер-Шеф» (смена 9, программа «Арт-деревня», 2021 год, группа 14 человек)

Характеристика выполнения работ по показателям	По уровням		
	«самостоятельность» Тема: «Фруктовый ёж»	Самостоятельный выбор дизайна блюда – 12 %	Блюдо, приготовленное самостоятельно – 72%
«Трудоёмкость» Тема: «Канapé»	Сложное блюдо – 13% «Изюминка» в исполнении - 4%	Достаточно сложное блюдо – 8%	Простота и доступность, обычность, следуя шаблону – 75%
«Качество приготовления блюд» Тема: «Овощная нарезка». Винегрет	Аккуратно, выполнено с соблюдением технологии изготовления – 91%	Неровно нарезаны ингредиенты. Есть нарушения технологии, не влияющие на изменения вкусовых качеств блюда – 9 %	Блюдо имеет грубые технологические погрешности. Несовместимость продуктов. – 0%.
«Креативность» Тема: «Карвинг»	Самостоятельное составление творческой подачи блюда – 65%		Работа готовится по шаблону технологической карты – 35%

Отчет о результативности программы «Кулинарная студия «Мастер-Шеф»
в 9 смене (программа «Арт-деревня», 2022 год)

Состав группы – 14 человек, освоивших программу в конце обучения - 100%, из них: самостоятельно научились готовить пищу - 81%, готовят блюдо с использованием технологических карт, рецептов – 19%.

Самостоятельно научились работать – 60%, готовят, прибегая к помощи педагога, взрослых – 35%; готовят с применением метода параллельного действия и показа – 5%.

В ходе опроса о профессиональной позиции педагога получены следующие ответы: педагог – профессионал своего дела 100%, предлагает интересные, простые блюда 80%, помог раскрыть мои способности 70%, хорошо обучает 95%, с ним легко общаться 95%. 95% опрошенных заявили, что по прибытию домой будут продолжать готовить.