

ТАЙМЫРСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«КАРАУЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»

РАССМОТРЕНО

УТВЕРЖДАЮ

методическим объединением учителей  
ТМК ОУ «Караульская СШ-И»  
Протокол № \_\_\_\_ «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 г.

Директор ТМК ОУ «Караульская СШ-И»  
\_\_\_\_\_ Т.А. Пихтарь  
«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«НГАМНЕ ЛАДА МАРАНГА»**

**Направление программы:** социально-гуманитарная

**Уровень образования:** стартовый

**Срок реализации программы -** 3 года (2021г -2022г, 2022г – 2023г, 2023г – 2024г))

**Количество часов по учебному плану:**68ч. (2ч. в неделю)

**Возраст:** 11 – 16 лет

Составитель: педагог дополнительного образования  
Теткина Ольга Александровна

Караул  
2021

### **Планирование составлено на основе:**

Закона об образовании; Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования; Письма департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 августа 2017г. №09-1672; Примерной основной образовательной программы образовательного учреждения.

Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 (в действующей редакции от 24.11.2015);

### **Пояснительная записка**

Дополнительная образовательная программа «НГАМНЕ ЛАДА МАРАНГА» имеет социально-гуманитарную направленность.

Данная программа направлена на приобщение ребенка к миру общечеловеческих ценностей, на формирование у подрастающего поколения интереса к различным профессиям, к истории народного кулинарного творчества, уважения к людям труда, доброго отношения к природе, людям, бережного отношения к труду.

Кулинарное искусство – основа жизни любого народа, основа его нравственности, всех представлений пищи. Им пронизаны народные обряды, обычаи, все произведения народного кулинарного искусства. Поэтому необычайно важно, не просто обучать учащихся, а делать это с опорой на народный опыт, на вековые народные традиции, показывая детям, как продукт труда истинных умельцев становится настоящим произведением кулинарного искусства. Необходимо научить учащихся ценить настоящую красоту народного кулинарного искусства, научить навыкам работы с продуктами питания, через изучение традиций, обычаев народов, научить их не просто готовить, но и суметь оригинально оформлять блюда. Данная программа работы кружка предусматривает как теоретические сведения о питательной и биологической ценности продуктов и технологии приготовления блюд, правила поведения и приема гостей, этикете, а также практическую деятельность по обработке и приготовлению блюд в бригадной форме организации труда (4-5 человек) по каждой теме по инструкционным картам, составление копилки рецептов. Продукты для приготовления блюд учащиеся приносят из дома, согласно предложенной рецептуре.

Питание — неотъемлемая составная часть жизни. Зачем нужна пища, знает каждый, о хлебе насущном человек думает в течение всей своей жизни, каким бы трудом он ни занимался. Еда — топливо, на котором работает организм, и знать это топливо, уметь грамотно его использовать должен любой человек.

Пища восполняет энергию, затраченную человеком на какую — либо работу. Чем тяжелее работа, тем больше энергетического материала необходимо компенсировать. За счет пищи организм в достаточно короткие сроки полностью обновляется. Большое значение имеет вид пищи. Пища до приема должна радовать, доставлять удовольствие, возбуждать аппетит.

Великие тайны откроются перед теми, кто захочет научиться готовить по всем правилам, превращать сырые продукты во вкусную и полезную пищу.

Несмотря на то, что народы Крайнего Севера — саамы, ненцы, долгане, эвенки, чукчи, нганасаны, эскимосы, коряки и другие — принадлежат к разным этническим группам, говорят на разных языках и разбросаны на огромных пространствах Заполярья от Кольского полуострова до Чукотки, природные условия их обитания сходны, и у них веками складывался единый тип хозяйства, основанный на оленеводстве, зверобойном промысле и рыболовстве. Все это привело к формированию у этих народов исходных кулинарных навыков и обычаев, единого кулинарного направления, которое можно назвать субарктическим (заполярным). Очень часто, даже в серьезных научных работах, кулинарное творчество этих народов совершенно не упоминается или же

оценивается как примитивное. Иногда отрицается вообще наличие у них какой-либо своей, особой кухни. Эти оценки основываются на бедности пищевого сырья, на ограниченном применении огня для приготовления пищи, а также на отсутствии кухонной утвари. Имеются лишь разрозненные

этнографические описания, чисто внешне фиксирующие виды пищи народов Севера (мясо, рыба). Глубокого же изучения субарктической кухни еще не было предпринято, а между тем очень важно отметить, что, живя в тяжелых условиях Заполярья и питаясь как будто бы крайне однообразно — мясом и рыбой, — народы Крайнего Севера почти не болеют цингой и другими видами авитаминозов, поражающих в этих широтах европейцев. Употребление сырых продуктов и особенно сырых мяса и рыбы не столь примитивно, как кажется на первый взгляд. В субарктической кухне имеется три вида употребляемого сырого I мяса (т. е. без тепловой обработки). Все они объяснимы с современной научной точки зрения.

Умение хорошо, вкусно и быстро готовить является одним из условий счастливой, спокойной жизни. «В здоровом теле — здоровый дух!» — говорили древние.

Умение приготовить вкусную пищу — необходимо всем. Особенно это касается женской половины человечества, хотя лучшие повара, по статистике, — мужчины.

Девочка, девушка, женщина, мать!!! Научившись приготовлению пищи, оформлению блюд и экономическому расходованию продуктов, обучающие должны выполнять подобные работы дома, в семье.

Полученные знания помогут накормить семью, принять гостей, а может быть и сделать первый шаг в выбранной специальности. Способность самим приготовить простейшие блюда вызывает повышенный интерес к работе и приносит удовлетворение результатами своего труда, возбуждает желание к дальнейшим действиям.

Данная программа служит подготовкой детей — к самостоятельной жизни и преодолению трудностей. Сложности социальной адаптации часто ставят непреодолимые барьеры на пути психологического и физического становления личности воспитанников школ-интернатов. В связи с чем дети оказываются не готовыми к преодолению неблагоприятных воздействий социальной среды.

Конечным результатом изучения курса будет творческий проект по приготовлению блюд. Занятия можно проводить в кабинете технологии и кухни при интернате.

#### ***Актуальность программы.***

В последние годы актуальным стало возрождение традиционных народных кулинарных искусств, одно из направлений которого всегда присутствовало в нашей жизни — это приготовление различных блюд. Работа с пищей развивает интерес, любознательность, а это очень важно, чтобы обучающиеся не впадали в скуку, в уныние, что ведет к нежелательным последствиям в формировании личности ребенка. Именно такая работа позволяет комплексно решать эстетические, нравственно-волевые задачи, такие как — умение планировать свою деятельность, целеустремленностью, умение доводить начатое дело до конца, усидчивость, внимание, аккуратность, желание помочь друг другу, ценить результаты работы, восхищаться и т.д. Для педагогов же особенно важным в этом виде ручного труда является то, что оно развивает мелкую моторику рук у детей, так как доказано, что прослеживается четкая взаимосвязь между развитием подвижности пальцев рук и развитием речи, логического мышления.

***Новизна программы*** состоит в том, что процесс обучения ручного труда идет параллельно с изучением традиционной русской национальной культуры питания и с традиционной пищей коренных народов Севера

***Оригинальность программы*** определяется выбором тем, их построением, методическими формами и приемами. Работа по программе предполагает наличие основательной материально — технической базы. Каждую тему программы сопровождает блок методических и дидактических материалов, куда входит иллюстрационно — демонстрационный блок:

- Образцы различных видов техники лепки из теста
- Раздаточный материал
- Учебно-популярная литература.

Результатом этого является более глубокое знание предмета, создание психологического комфорта в коллективе, при котором открывается возможность гармоничного воспитания детей.

### **Цель и задачи программы:**

**Цель:** Оказание социальной помощи и подготовки обучающихся школ к адаптации в жизненном пространстве, а также обучение основам различных видов техник в области кулинарного искусства и воспитание бережного отношения к народным традициям.

В процессе реализации программы решаются *следующие задачи:*

#### **Обучающие:**

- обучить различным видам техники кулинарного искусства
- дать представление о народном творчестве кулинарии
- познакомить с историей кулинарного искусства
- формирование основ культуры питания и здорового образа жизни обучающихся
- Ознакомить учащихся с традиционной пищей коренных народов Севера.
- Уточнить и расширить представления учащихся о коренных народах Севера, их истории и культуре.

#### **Развивающие:**

- развивать интерес к кулинарному искусству
- привитие общетрудовых навыков и умений работы с техникой (электроплиты, режущие инструменты)
- развитие творческих способностей учащихся
- развивать коммуникативные навыки детей, умение взаимодействовать со сверстниками в процессе решения проблемы
- развивать навыки экономного ведения домашнего хозяйства «Каждый кусочек - в дело!»
- развитие мелкой моторики рук, памяти, внимания, эстетического вкуса.

#### **Воспитательные:**

- формирование общей культуры личности
- формирование профессионального видения прекрасного в кулинарном творчестве
- воспитание творческого подхода к своей работе и самостоятельности, уважения к народным обычаям и традициям
- воспитание привычки к чистоте на рабочем месте
- воспитание трудолюбия, потребности в труде, уважения к людям труда.
- Воспитать толерантность к национальным блюдам народов Севера.

Программа «НГАМНЕ ЛАДА МАРАНГА» по кулинарному искусству ориентирована на детей в возрасте от 11 до 16 лет. Комплектация групп производится с учетом возраста обучающихся.

Программа рассчитана на 3 года обучения, 1 раз в неделю по 2 часа.

Возможна индивидуальная работа с одаренными детьми.

Основная форма работы на занятиях: групповая, индивидуальная.

На занятиях используются различные методы обучения (словесные, наглядные и практические). Каждое занятие включает теоретическую и практическую часть. Теоретические сведения — это объяснение нового материала (форма беседа). Практическая часть — изготовление блюд и их

оформление. Практической части занятий отводится большая часть времени, каждый обучающийся должен овладеть основными способами приготовления различных блюд.

Для преодоления обучающимися затруднений в процессе работы педагог оказывает помощь:

- стимулирующую
- направляемую.

Коллективная работа по приготовлению блюд — наиболее приемлемая и эффективная форма работы. Способствует сплочению коллектива, улучшению качества работы. В конце работы обучающиеся получают определенный результат. Создается благоприятная обстановка для того: чтобы научить детей оценивать свою собственную работу подходить к оценке самокритично.

Для поддержания постоянного интереса, обучающиеся к занятиям необходимо учитывать возрастные особенности детей (при распределении обязанностей).

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Учебный план

1 год обучения

№п./п	Т е м а	Всего часов	Теория	Практика
1.	Организационное собрание. Вводный урок. Правила ТБ и санитарии.	2	2	-
2.	Заготовка продуктов впрок	6	2	4
3.	Хлеб и его значение. Бутерброды. Горячие напитки	10	2	8
4.	Рыба. Пищевая ценность и блюда из нее	10	2	8
5.	Мясо, пищевая ценность мяса и блюда из него	10	2	8
6.	Пернатая дичь. Блюда из дичи.	10	2	8
7.	Крупы и макаронные изделия. Значение в питании человек	6	2	4
8.	Виды теста. Продукты для приготовления теста	10	2	8
9.	Холодные сладкие блюда. Питательная ценность.	4	2	2
	Организационное собрание. Вводный урок. Правила ТБ и санитарии.	68	18	50

### Учебный план

2 год обучения

№п./п	Т е м а	Всего часов	Теория	Практика
1.	Организационное собрание. Вводный урок. Правила ТБ и санитарии.	2	2	-

2.	Заготовка продуктов впрок	6	2	4
3.	Хлеб и его значение. Бутерброды. Горячие напитки	10	2	8
4.	Рыба. Пищевая ценность и блюда из нее	10	2	8
5.	Мясо, пищевая ценность мяса и блюда из него	10	2	8
6.	Пернатая дичь. Блюда из дичи.	10	2	8
7.	Крупы и макаронные изделия. Значение в питании человек	6	2	4
8.	Виды теста. Продукты для приготовления теста	10	2	8
9.	Холодные сладкие блюда. Питательная ценность.	4	2	2
	Итого	68	18	50

**Учебный план**  
3 год обучения

№п./п	Т е м а	Всего часов	Теория	Практика
1.	Организационное собрание. Вводный урок. Правила ТБ и санитарии.	2	2	-
2.	Заготовка продуктов впрок	6	2	4
3.	Хлеб и его значение. Бутерброды. Горячие напитки	10	2	8
4.	Рыба. Пищевая ценность и блюда из нее	10	2	8
5.	Мясо, пищевая ценность мяса и блюда из него	10	2	8
6.	Пернатая дичь. Блюда из дичи.	10	2	8
7.	Крупы и макаронные изделия. Значение в питании человек	6	2	4
8.	Виды теста. Продукты для приготовления теста	10	2	8
9.	Холодные сладкие блюда. Питательная ценность.	4	2	2
	Итого	68	18	50

**Необходимые условия для успешной реализации программы:**

- Создание психологического комфорта в детском коллективе;
- Применение различных методов и приемов обучения (словесные, наглядные, практические), использование игровых моментов и ситуаций успеха;
- Использование разнообразных форм обучения – групповых, индивидуальных, экскурсий, т.п.
- Наличие уютного кабинета с оснащенными рабочими местами;

- Методическое обеспечение программы: рецепты, образцы, рисунки, схемы;
- Методические разработки уроков, открытых занятий;
- Наличие материалов и инструментов, необходимых для работы на кухне: разделочные доски с обязательной маркировкой для сырых и вареных овощей, для мяса и рыбы и т.д.; разделочные доски для теста; кухонные ножи маленькие или средние. По одной шт. на каждую бригаду приобретаются: ножи желобковые, консервные, ложки деревянные и из нержавеющей стали, разливные ложки, шумовки, дуршлага, скалки, чайники, подносы, подставки под горячую посуду, миски емкостью от 0,5 до 2л, кастрюли емкостью от 1 до 3 л., сковороды разных размеров. По одной шт. на группу: миксер, мясорубка, ступка, сито, набор выемок для печенья, форма для торта, столовую и чайную посуду, в том числе столовый и чайный сервизы, и приборы приобретают с учетом количества кружковцев.

**Основными образовательными результатами обучения являются:**

### **После первого года обучения**

#### ***1. Дети первого года обучения должны знать:***

- общие сведения о процессе пищеварения
- правила санитария и гигиены при санитарной обработке продуктов, безопасные приемы работы с кухонным оборудованием, горячими жидкостями
- виды бутербродов и горячих напитков
- общие сведения о пищевой ценности рыбы, методы определения качества рыбы, способы первичной обработки рыбы, правила варки
- понятие о пищевой ценности мяса, способы определения качества мяса, способы первичной обработки мяса, правила варки.
- понятие о пищевой ценности дичи, способы определения качества дичи, способы первичной обработки дичи, правила варки
- правила варки крупяных каш и макаронных изделий
- способы определения качества муки, питательную ценность изделий из теста, виды разрыхлителей, виды теста
- способы заготовки продуктов сохранение дичи, мяса и рыбы методом сушки и замораживания.
- кулинарные свойства крахмала, приготовления киселя из ягоды морошки.

#### ***2. Дети первого года обучения должны уметь:***

- работать с кухонным оборудованием, определять качество продуктов (дичи, рыбы, мяса) и производить первичную обработку, работать с бытовыми электроприборами, мыть посуду, -применять моющие средства
- готовить блюда из круп и макаронных изделий, рыбы, мяса, дичи.
- приготавливать тесто и выпекать блины, оладьи, печенье
- сушить и замораживать рыбу и мясо.
- сушить ягоды и замораживать их.

### **После второго года обучения**

#### ***1. Дети второго года обучения должны знать:***

- санитарные требования к помещению кухни
- правила оказания первой помощи при ожогах, поражении электрическим током
- технологию приготовления сложных бутербродов
- об использовании готовых каш и отварных макарон в дальнейшем приготовлении

- виды жаренья рыбы, видами панировки
- способы жаренья мяса и разнообразие блюд из жареного мяса
- способы жаренья дичи, разнообразие блюд из жареной дичи
- технологию приготовления пресного теста для различных видов изделий, песочного теста для тортов, дрожжевого теста
- виды сладких блюд, технологию приготовления горячих сладких блюд
- технологию соления, квашения, мочения
- общие сведения о значении ягод, виды консервирования ягод

## **2. дети второго года обучения должны уметь:**

- проводить уборку помещения кухни
- оказывать первую помощь при ожогах, поражении электрическим током
- готовить сложные бутерброды и травяной чай, жареной рыбы и мяса, биточки и запеканки из вязких молочных каш и макарон отварных
- приготовить изделия из пресного теста, сладкого и несладкого, из песочного теста — национальные лепёшки, торты из дрожжевого теста, без подхода пироги и плюшки.
- солить рыбу, варить варенье из голубики

### **После третьего года обучения**

#### **Дети третьего года обучения должны знать:**

- санитарные требования к помещению кухни и соблюдение правил гигиены рук и одежды.
- правила оказания первой помощи при порезах
- технологию приготовления более сложных бутербродов
- Технологию приготовления запеканок
- как солить, вялить и сушить рыбу
- способы соления, вяления и сушки рыбы
- Способы приготовления дичи на костре.
- Время и способы определения готовности блюда.
- Технологию приготовления дичи и блюд из него.
- Принципы подбора гарниров и соусов к блюдам дичи
- Как приготовить дрожжевое тесто без подхода.
- Виды начинки для пирогов и пирожков из дрожжевого теста.
- общие сведения о значении ягод, виды консервирования ягод

## **2. Дети третьего года обучения должны уметь:**

- проводить уборку помещения кухни
- оказывать первую помощь при порезах
- готовить сложные бутерброды, молочно-ягодный напиток, запеканки.
- уметь солить , вялить и сушить рыбу
- ставить тесто дрожжевое без подхода, приготовить рыбный пирог
- готовить ягодное суфле

### **Первый год обучения**

#### **1.Организационное собрание. Вводный урок. Правила ТБ и санитарии.**

Организация коллектива. Игры на знакомство. Содержание программы кружка. Расписание занятий. Правила внутреннего распорядка и правила безопасной работы при приготовлении блюд. Правила санитарии и гигиены.

## **2. Заготовка продуктов впрок.**

Роль запасов в экономном ведении домашнего хозяйства. Способы приготовления домашних запасов. Способы хранения запасов из свежих ягод. Упаковочный материал для хранения запасов. Правила закладки продуктов на хранение. Сушка ягод. Условия сушки. Замораживание ягод. Условия замораживания.

### **Практическая работа:**

- 1) сушка ягод,
- 2) замораживание ягод.

## **3. Хлеб и его значение. Бутерброды. Горячие напитки.**

Продукты, используемые для приготовления бутербродов. Значение хлеба в питании человека. Способы обработки продуктов для приготовления бутербродов. Способы нарезки продуктов для бутербродов.

Виды бутербродов. Технология приготовления простых бутербродов. Подача их к столу. Горячие напитки. Чай. Заваривание чая.

### **Практическая работа:**

- 1) приготовление бутербродов простых:
  - бутерброд со сливочным маслом и сыром
  - бутерброд с вареной колбасой
  - бутерброд с вареньем, джемом
- 2) приготовление чая.

## **4. Рыба. Пищевая ценность и блюда из нее.**

Понятие о пищевой ценности рыбы. Условия хранения рыбы. Признаки доброкачественной рыбы (по запаху, по цвету жабр, по глазам...). Первичная обработка рыбы. Правила оттаивания рыбы мороженой. Вымачивание соленой рыбы. Способы разделки рыбы. Разделка соленой рыбы. Способы тепловой обработки рыбы. Правила варки рыбы. Технология приготовления супов из рыбы, а также вторых блюд из вареной рыбы.

### **Практическая работа:**

- 1) определение доброкачественности рыбы, оттаивание и первичная обработка свежемороженой рыбы
- 2) разделка соленой рыбы
- 3) приготовление супа рыбного
- 4) приготовление рыбы под соусом

## **5. Мясо, пищевая ценность мяса и блюда из него.**

Значение и место мясных блюд в питании. Понятие о пищевой ценности мяса. Виды мяса (оленина, говядина, свинина, баранина, телятина ...). Доброкачественность мяса (по цвету, по запаху ...). Санитарные условия первичной обработки мяса. Правила оттаивания мороженого мяса. Способы разделки мяса. Правила варки мяса для вторых блюд. Принципы подбора гарнира к мясным блюдам. Технология приготовления блюд из отварного мяса.

### **Практическая работа:**

- 1) определение доброкачественности мяса, первичная обработка мороженого мяса
- 2) приготовление мясного супа с вермишелью
- 3) приготовление отварной оленины с картофельным пюре.

## **6. Дичь, пищевая ценность дичи и блюда из него.**

Значение и место блюд из дичи в питании. Понятие о пищевой ценности дичи. Виды дичи (куропатка, гусь, утка, курица ...). Доброкачественность дичи (по цвету, по запаху ...). Санитарные

условия первичной обработки дичи. Правила оттаивания мороженой дичи . Способы разделки дичи. Правила варки дичи для вторых блюд. Принципы подбора гарнира к блюдам из дичи. Технология приготовления блюд из дичи.

**Практическая работа:**

- 1) определение доброкачественности дичи, первичная обработка мороженого дичи
- 2) приготовление супа из куропатки с вермишелью
- 3) приготовление отварного гуся с рисом.
- 4) приготовление жаркое из кряквы и чириков с луком и помидорами.

***7. Крупы и макаронные изделия. Значение в питании человека.***

Виды круп. Их первичная обработка. Виды макаронных изделий и их первичная обработка. Правила варки крупяных рассыпчатых, вязких и жидких каш. Технология приготовления каш. Способы варки макаронных изделий. Процессы, происходящие при варке круп и макаронных изделий. Причины увеличения объема при варке. Соотношение крупы и макаронных изделий и жидкости при варке. Технология приготовления каш и макарон.

**Практическая работа:**

- 1) подготовка круп и макарон к тепловой обработке
- 2) приготовление рассыпчатой гречневой каши
- 3) приготовление отварных макарон с овощами.
- 4) приготовление отварных макарон с мясом.

***8. Виды теста. Продукты для приготовления теста.***

Питательная ценность хлебобулочных изделий, виды теста. Основные и дополнительные продукты для приготовления теста. Определение качества муки (по цвету, запаху, вкусу и влажности). Разрыхлители теста (дрожжи, сода, взбивание). Ароматические добавки. Пресное тесто. Основные изделия из этого теста. Способы приготовления теста для национальных лепёшек, блинов и оладий. Технология выпечки национальной лепёшки, блинов и оладий. Песочное тесто. Основные изделия из этого теста. Правила приготовления песочного теста. Дефекты приготовления, причины. Приготовление теста для печенья. Технология приготовления печенья.

**Практическая работа:**

- 1) определение качества муки по цвету, запаху, вкусу и влажности
- 2) приготовление и выпечка блинов скороспелых
- 3) приготовление песочного печенья «Золотистое»
- 4) приготовление оладий с яблоками
- 5) приготовление национальных лепёшек

***9. Холодные сладкие блюда. Питательная ценность.***

Сахар, его роль в кулинарии и в питании человека. Технология приготовления компота из свежих и сушеных ягод. Виды крахмала и его свойства. Технология приготовления киселей различной консистенции (жидкий, средний, густой).

**Практическая работа:**

- 1) приготовление компота из сухофруктов
- 2) приготовление киселя из морошки

**Второй год обучения**

**Содержание разделов программы второго года обучения**

***1. Организационное собрание. Вводный урок. Правила ТБ и санитарии.***

Организация коллектива. Содержание программы и расписание занятий. Повторение правил ТБ и санитарии, правил внутреннего распорядка.

## **2. Заготовка продуктов.**

Способы консервирования. Первичная обработка продуктов. Подготовка тары к консервированию. Способы консервирования ягод (варенье, компоты). Характерные свойства готового варенья. Приемы варки варенья. Подготовка сырья и тары. Дефекты варенья и их исправления.

### **Практическая работа:**

- 1) приготовление варенья из кислицы, брусники
- 2) приготовление компота из морошки, брусники

## **3. Хлеб. Сложные бутерброды. Травяной чай.**

Продукты, используемые для приготовления сложных бутербродов. Подсушивание хлеба для бутербродов. Сочетание продуктов по вкусу в бутербродах «ассорти на хлебе». Травы для заваривания чая. Русский лесной чай. Технология приготовления чая травяного.

### **Практическая работа:**

- 1) приготовление сложных бутербродов
  - бутерброд с селёдкой, маслом и зеленью
  - закрытый бутерброд с сыром
  - гренки
- 2) приготовление травяного чая: красная смородина (кислица), шиповник

## **4. Рыба. Блюда из жареной рыбы .**

Знакомство с видами жаренья: обжаривание, поджаривание, жарка во фритюре, на углях, пассирование. Виды растительных масел и жиров. Способы жаренья рыбы. Роль панировки в процессе жаренья. Виды панировки (мучная, красная, белая, сухарная). Технология приготовления жареной рыбы.

### **Практическая работа:**

- 1) приготовление рыбы жареной
- 2) приготовление рыбы в тесте
- 3) приготовление рыбы тушеной с овощами

## **5. Мясо. Блюда из жареного мяса.**

Способы жаренья мяса. Блюда из жареного мяса. Время жаренья и способы определения готовности блюда. Технология приготовления жареного мяса и блюд из него. Принципы подбора гарниров и соусов к мясным блюдам.

### **Практическая работа:**

- 1) приготовление мясного бульона с лапшой
- 2) приготовление мясного блюда : жаркое из рёбрышек, грудинки и позвонков оленя
- 3) приготовление жареного оленьего сердца.

## **6. Дичь. Блюда из дичи.**

Способы жаренья дичи. Блюда из жареной дичи. Время жаренья и способы определения готовности блюда. Технология приготовления жареной дичи и блюд из него. Принципы подбора гарниров и соусов к блюдам дичи.

### **Практическая работа:**

- 1) приготовление гусиного бульона с лапшой
- 2) приготовление блюда: тушенная дичь
- 3) приготовление блюда: гусь жаренный с яблоками

### **7. Крупы и макаронны. Использование в кулинарии.**

Использование отварных макарон и готовых каш в приготовлении блюд. Технология приготовления котлет и биточков (варка вязкой каши, заправка каши сырыми яйцами, разделка и обжаривание). Время тепловой обработки и способы определения готовности. Технология приготовления котлет, биточков, запеканок.

#### **Практическая работа:**

- 1) приготовление манных биточков
- 2) приготовление макаронника

### **8. Изделия из теста пресного, песочного, дрожжевого.**

Технология приготовления пресного теста для домашней лапши, пельменей, вареников. Способы защипки краев пельменей, вареников. Правила варки пельменей, вареников. Способы определения готовности. Дрожжевое тесто (опарное, безопарное). Приготовление дрожжевого теста без подхода. Виды начинки для пирожков из дрожжевого теста.

#### **Практическая работа:**

- 1) приготовление домашней лапши
- 2) приготовление вареников
- 3) приготовление хвороста (пресное тесто)
- 4) приготовление пирожков из оленьей печени с рисом
- 5) блюда из черствого хлеба (пирожное «картошка»).

### **9. Горячие сладкие блюда. Десерты.**

Разновидность сладких блюд (горячие и холодные). Горячие сладкие блюда суфле, Сырье для приготовления горячих сладких блюд. Первичная обработка сырья. Технология приготовления горячих сладких блюд.

#### **Практическая работа:**

- 1) приготовление ягодного суфле
- 2) приготовление ягодного морса

## **Третий год обучения**

### **Содержание разделов программы третьего года обучения**

#### **1. Организационный собрание. Вводный урок. Правила ТБ и санитарии.**

Организация коллектива. Содержание программы и расписание занятий. Повторение правил ТБ и санитарии, правил внутреннего распорядка.

#### **2. Заготовка продуктов.**

Способы консервирования. Первичная обработка продуктов. Подготовка тары к консервированию. Способы консервирования ягод (джем, желе). Характерные свойства готового джема. Подготовка сырья и тары. Дефекты желе и их исправления.

#### **Практическая работа:**

- 1) приготовление джема ассорти: из голубики, брусники
- 2) приготовление ягодного желе: из морошки, красной смородины

#### **3. Хлеб. Сложные бутерброды. Напитки.**

Продукты, используемые для приготовления сложных бутербродов. Подсушивание хлеба для бутербродов. Сочетание продуктов по вкусу в бутербродах «ассорти на хлебе». Технология изготовления молочно-ягодного напитка.

#### **Практическая работа:**

- 1) приготовление сложных бутербродов - бутерброд с паштетом из оленьей печени

- закрытый бутерброд с рыбной икрой, маслом и зеленью

2) приготовление молочно-ягодного напитка

#### **4. Рыба. Блюда из вяленой, солёной и сушеной рыбы .**

Знакомство с видами вяленой, солёной и сушеной рыбы. Способы вяления, соления и сушения рыбы. Технология приготовления вяленой, солёной и сушеной рыбы.

##### **Практическая работа:**

1) приготовление рыбы для соления, вяления и сушения.

2) приготовление рыбного салата

3) приготовление сушёных рыбных лепёшек

#### **5. Мясо. Блюда из мяса.**

Способы жаренья печёночных оладушек. Время варки и способы определения готовности блюда для холодца из оленьих костей. Технология приготовления фарша из печени оленя. Принципы подбора гарниров и соусов к мясным блюдам.

##### **Практическая работа:**

1) приготовление мясного бульона из костей и студень

2) приготовление оладушек из печени оленя

#### **6. Дичь. Блюда из дичи.**

Способы приготовления дичи на костре. Время и способы определения готовности блюда. Технология приготовления дичи и блюд из него. Принципы подбора гарниров и соусов к блюдам дичи.

##### **Практическая работа:**

1) приготовление тушеного гуся с лапшой

2) приготовление блюда: жаркое из утки

3) приготовление блюда: гусь жаренный на костре

#### **7. Крупы и макаронны. Использование в кулинарии.**

Использование отварных макарон и готовых каш в приготовлении блюд. Технология приготовления (варка вязкой каши, заправка каши сырыми яйцами, разделка и обжаривание). Время тепловой обработки и способы определения готовности. Технология приготовления запеканок.

##### **Практическая работа:**

1) запеканка из вермишели

2) приготовление рисовой запеканки

#### **8. Изделия из теста пресного, песочного, дрожжевого.**

Способы приготовления рыбы для пирога. Дрожжевое тесто (опарное, безопарное). Приготовление дрожжевого теста без подхода. Виды начинки для пирогов и пирожков из дрожжевого теста.

##### **Практическая работа:**

1) приготовление рыбного пирога

2) приготовление пирожков из оленьей печени с рисом

3) приготовление песочного печенья

#### **9. Горячие сладкие блюда. Десерты.**

Разновидность сладких блюд (горячие и холодные). Сырье для приготовления сладких блюд. Первичная обработка сырья. Технология приготовления горячих сладких блюд.

##### **Практическая работа:**

3) приготовление ягодного суфле

4) приготовление молочно-ягодного напитка

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

**Личностные результаты:** У обучающегося будут сформированы: - умение определять и высказывать под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы); - умение использовать знания в повседневной жизни; - в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, делать выбор (при поддержке других участников группы и педагога), как поступить; - умение проявлять инициативу и самостоятельность на занятиях; - познавательный интерес к основам кулинарии и рационального питания.

### Метапредметные результаты:

**Регулятивные:** Ученик научится: - проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве; - адекватно оценивать правильность выполнения действия (под руководством учителя) и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия; - адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей.

**Познавательные:** Ученик научится: - узнавать изученные объекты неживой природы; - использовать различные справочные материалы для поиска необходимой информации;

**Коммуникативные:** Ученик научится: - планировать в сотрудничестве с учителем свою деятельность; - формулировать собственное мнение и позицию; - строить простейшие монологические высказывания; задавать вопросы; - контролировать действия партнёров при работе в группах и парах, оказывать необходимую взаимопомощь.

**Предметные результаты:** Учащиеся получают знания: - виды национальных блюд - способы приготовления и оформления блюд - правила подачи блюд - пищевую ценность овощей - правила поведения за столом - правила по технике безопасности при кулинарных работ - санитарно-гигиенические требования - экологической подготовки - секреты русской кухни Учащиеся приобретут умения: - правильно подбирать формы нарезки овощей при приготовлении блюда - приемы тепловой кулинарной обработки - готовить холодные блюда - украшать готовое блюдо - готовить изделия из теста - витаминизировать пищу - сервировать стол - соблюдать санитарно-гигиенические и экологические требования - соблюдать правила по технике безопасности - правильно вести себя за столом

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной итоговой аттестации
1	1	01.09.2021	25.05.2022	34	68	68	суббота 16:00 – 18:00	Текущие тестирования – по графику, итоговое тестирование и проект – май 2022
2	2	01.09.2022	25.05.2023	34	68	68	суббота 16:00 – 18:00	Текущие тестирования – по графику, итоговое тестирование и проект – май 2023

2	2	01.09.2023	25.05.2024	34	68	68	суббота 16:00 – 18:00	Текущие тестирования – по графику, итоговое тестирование и проект – май 2024
---	---	------------	------------	----	----	----	-----------------------------	--

## УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### Материально-техническое обеспечение программы

Программа реализуется в учебном кабинете «Технология», оснащённом необходимым оборудованием и материалами.

Материально-техническое обеспечение для реализации программы (из расчета 15 человек в группе) включает в себя:

- Стул ученический - 15 штук
- Стол ученический - 8 штук
- Стол учительский – 1 штука
- Стул учительский – 1 штука
- Стол компьютерный – 1 штука
- Стул для компьютерного стола – 1 штука
- Шкафы для хранения посуды – 2 штуки
- Экран - 1 штука
- Проектор - 1 штука
- Ноутбук - 1 штука
- Колонки для ноутбука – 2 штуки
- Магнитно-меловая доска - 1 штука
- Жалюзи - 3 штуки
- Принтер – 1 штука

Перечень индивидуальных принадлежностей: тетрадь, ручки, карандаши, бумага А4, фломастеры.

### Информационное обеспечение программы

- Онлайн материалы по обучению программы «Кулинарное искусство»
- Презентации по технологии приготовления блюд согласно разделам программы
- Аудио материалы к учебному курсу по кулинарии

### Кадровое обеспечение программы

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим большой опыт работы с детьми, имеет педагогическое образование, владеющим знаниями этнической культуры, быта и жизни северных народов.

### ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

**Формы отслеживания и фиксации:** журнал посещаемости, перечень готовых работ.

**Формы предъявления и демонстрации** образовательных результатов: контрольная работа, итоговый отчёт, групповой проект.

### Цели контроля:

1. Определение оценки знаний, умений и навыков, которые получают обучающиеся в процессе обучения.
2. Выявление пробелов в знаниях обучающихся.
3. Определение степени комфортности обучающихся в коллективе.
4. Определение уровня развития творческих способностей обучающихся в процессе обучения.

Оценка результативности проводится через тематические контрольные проверки знаний, умений и навыков обучающихся. По данной программе используются следующие формы контроля:

- Групповой проект.
- Викторины
- Игры и творческие показы
- Выставки и конкурсы
- Использование дидактических методик для выявления комфортности обучающихся, выявление организаторских и коммуникативных способностей.

Диагностический и контрольный материал заносится в заранее подготовленные карты и папки.

### МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

№ п/п	Тема	Форма занятий	Методы	Дидактический материал	Форма проверки
1.	История появления питания, кухня народов севера	Учебное занятие, презентация	Объяснительно-иллюстрированный Работа с книгой. Словесные методы: рассказ, беседа, инструктаж	Информационная папка «кухня народов севера»	Контрольные вопросы.
2.	Художественные средства выражения в выборе оформления блюд	Учебное занятие	Наглядные: иллюстрирование, показ, материал. Словесные: рассказ, беседа, инструктаж. Практические: упражнения, тренировки.	Информационная папка «От простого к сложному». Готовые изделия. Технология изготовления изделий из хлеба, мяса, макарон, дичи, рыбы	Контрольные вопросы по технологии
3.	Стилизация	Учебное занятие	Объяснительно-иллюстрированный, репродуктивный (повторение предыдущего материала. Частично-поисковый, исследовательский. Словесные: беседа, рассказ. Практические.	Информационная папка «кухня народов севера» Готовые изделия. Технология изготовления блюд в технике стилизации, оформления	Тестирование. Контрольные вопросы. Выставка готовых работ.

4.	Оформление блюд	Учебное занятие. Занятие – фантазия	Наглядные: иллюстрирование, показ, материал. Словесные: рассказ, беседа, инструктаж. Практические: упражнения, тренировки.	Образцы оформления блюд. Готовые композиции. Технологические карты.	Контрольные вопросы по терминологии. Выставка готовых работ
5.	Выставки, экскурсии	Учебное занятие Выставка. Защита проекта.	Объяснительно-иллюстрированный. Практический	Готовые блюда выполненные в разных стилях кухни	Выставка готовых работ. Контрольные вопросы.

### **Список используемой литературы**

#### **Для учителя:**

- Подписка журнала «Северные просторы»
- Гернатовская В.В., Шнейдер Б.Л. Основы организации и экономики производства предприятий общественного питания. М., 2010.
- Гришин П.Д., Ковалев Н.И. Технология приготовления пищи. М., 2011.
- Рецепттура для кондитера. М., 2011
- Справочник технолога общественного питания. М., 2008.
- Традиционные промыслы и ремёсла народов России., Санкт-Петербург 2004
- Этно-атлас Красноярского края., Красноярск 2008
- Арктика – мой дом., Москва 2001
- Интернет ресурсы

#### **Для обучающихся:**

- Л.Ненянг «Ходячий ум народа»., Красноярск 1997
- Вишняченко Т.Н. Тайны кулинарии. М., 2009
- Жукова В.Н. Здоровое питание. М., 2010

**ТАЙМЫРСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «КАРАУЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА - ИНТЕРНАТ»  
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ТАЙМЫРСКОГО-  
ДОЛГАНО-НЕНЕЦКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА**

РАССМОТРЕНО:	«СОГЛАСОВАНО»:	«УТВЕРЖДАЮ»
на заседании МО Протокол № ____	зам.директора по УВР _____	Директор ТМК ОУ «Караульская СШ-И» _____
от «__» сентября 2021 г.	/Прокуратова О.Ю./ «__» сентября 2021 г.	/Пихтарь Т.А./ «__» сентября 2021 г.

**Рабочая программа первого года программы  
дополнительного образования  
«НГАМНЕ ЛАДА МАРАНГА»**

2021 г.

№ п.п.	Кол ичес тво часо в	Дата прове дения занят ия	Тема занятия	Примечание
1.	2		Организационное собрание. Вводное занятие. Правила ТБ и санитарии. Содержание программы объединения.	
2.	2		Роль запасов в экономном ведении домашнего хозяйства. Способы приготовления домашних запасов. Способы хранения запасов из свежих ягод.	
3.	2		Пр.р.: сушка ягод	
4.	2		Пр.р.: замораживание ягод.	
5.	2		Хлеб и его значение. Булочки. Горячие напитки.	
6.	2		Пр.р.: Приготовление простых бутербродов – бутерброд со сливочным маслом и сыром	
7.	2		Пр.р.: Приготовление простых бутербродов – бутерброд с вареной колбасой	
8.	2		Пр.р.: Приготовление простых бутербродов – бутерброд с вареньем, джемом	
9.	2		Пр.р.: Приготовление чая. Сервировка стола к завтраку. Санитария и гигиена на кухне.	
10.	2		Технология приготовления блюд из рыбы	
11.	2		Пр.р.: Определение доброкачественности рыбы, оттаивание и первичная обработка свежемороженой рыбы	
12.	2		Пр.р.: Разделка соленой рыбы	
13.	2		Пр.р.: Приготовление северной ухи	
14.	2		Пр.р.: Приготовление рыбы под соусом	
15.	2		Мясо, пищевая ценность мяса и блюда из него	
16.	2		Технология приготовления блюд из мяса	
17.	2		Пр.р.: Приготовление мясного супа с вермишелью	
18.	2		Пр.р.: Приготовление отварной оленины с картофельным пюре	
19.	2		Приготовление обеда. Сервировка стола к обеду	
20.	2		Значение и место блюд из дичи в питании. Понятие о пищевой ценности дичи.	
21.	2		Пр.р.: Определение доброкачественности дичи, первичная обработка мороженого дичи	
22.	2		Пр.р.: Приготовление супа из куропатки с вермишелью	
23.	2		Пр.р.: Приготовление отварного гуся с рисом.	
24.	2		Пр.р.: Приготовление жаркое из кряквы и чириков с луком и помидорами.	
25.	2		Крупы и макаронные изделия. Значение в питании человека. Подготовка круп и	

		макарон к тепловой обработке	
26.	2	Пр.р.: Приготовление отварных макарон с мясом	
27.	2	Пр.р.: Приготовление рассыпчатой гречневой каши	
28.	2	Виды теста. Продукты для приготовления теста. Выбор рецептов приготовления блюд из теста	
29.	2	Пр.р.: Приготовление и выпечка блинов скороспелых	
30.	2	Пр.р.: Приготовление и выпечка оладий с яблоками	
31.	2	Пр.р.: Приготовление песочного печенья «Золотистое»	
32.	2	Пр.р.: Приготовление национальных лепёшек	
33.	2	Холодные сладкие блюда. Питательная ценность. Сахар, его роль в кулинарии и в питании человека	
34.	2	Пр.р.: приготовление компота из сухофруктов, приготовление киселя из морошки.	

## Тестовые задания для 1-го года обучения

1. Отметьте буквой «с» санитарно-гигиенические требования, а буквой «т» правила безопасных приемов работы при обработке продуктов:

- руки помойте с мылом;
- проверьте исправность шнура перед включением электроприбора;
- наденьте фартук;
- уберите волосы под косынку;
- включать и выключать электроприборы сухими руками.

2. Обработка продуктов для приготовления бутерброда заключается в:

- очистке;
- варке;
- мытье;
- нарезке;
- жарке;

3. По способу приготовления бутерброды делятся на:

- простые и не простые;
- сложные и не сложные;
- простые и сложные;
- открытые и закрытые.

4. К горячим напиткам относятся:

- чай;
- лимонад;
- кофе;
- какао;
- компот.

5. Салат-это...

- блюдо из различных продуктов;
- холодное блюдо из рыбы;
- холодное блюдо из одного или нескольких видов дичи, а также в сочетании с мясом, рыбой и т.д.

6. Перед варкой крупы:

- моют;
- просушивают;
- перемешивают;
- просеивают.

7. Рыбу нельзя употребить в пищу, если у неё:

- неприятный запах;
- мясо отделилось от костей;
- жабры красного цвета;
- жабры белого цвета.

8. Определите последовательности первичной обработки рыбы:

- промывание;
- пластование;
- очистка от чешуи;
- удаление внутренностей;
- разрезание брюшка.

9. Мороженое мясо следует оттаивать в:

- закрытой кастрюле;
- холодной воде;
- теплой воде;
- духовом шкафу.

10. К основным видам теста относятся:

- кислое;
- сладкое;
- пресное;
- соленое.

11. Свежая мука по вкусу будет:

- сладковатая;
- горьковатая;
- безвкусная.

12. Разрыхлителями теста являются:

- сахар;
- ванилин;
- дрожжи;
- маргарин;
- сода.

13. Из пресного теста можно приготовить:

- блины;
- пироги;
- печенье;
- оладьи.

14. К холодным сладким блюдам относятся:

- чай;

- кисель;
- компот;
- лимонад;

15. Удаление влаги из продуктов это:

- сушка;
- замораживание.

## Тестовые задания для 2-го года обучения

1. Отметьте буквой «с» санитарно-гигиенические требования, а буквой «т» правила безопасных приемов работы при обработке продуктов:

- руки помойте с мылом;
- проверьте исправность шнура перед включением электроприбора;
- наденьте фартук;
- уберите волосы под косынку;
- включать и выключать электроприборы сухими руками.

2. По способу приготовления бутерброды делятся на:

- простые и не простые;
- сложные и не сложные;
- простые и сложные;
- открытые и закрытые.

3. Гренки - это...

- обжаренный хлеб;
- обсушенный хлеб.

4. К тепловой обработке продуктов относится:

- тушение;
- варка;
- кипячение;
- жаренье;
- нагревание.

5. для приготовления запеканок и биточков используют кашу:

- вязкую;
- жидкую;
- рассыпчатую.

6. Рыбу нельзя употребить в пищу, если у неё:

- неприятный запах;
- мясо отделилось от костей;
- жабры красного цвета;
- жабры белого цвета.

7. При жарении рыбу панируют в:

- муке;
- сухом молоке;
- сухарях.

8. Мороженое мясо следует оттаивать в:

- закрытой кастрюле;
- холодной воде;
- теплой воде;
- духовом шкафу.

9. Разрыхлителями теста являются:

- сахар;
- ванилин;
- дрожжи;
- маргарин;
- сода.

10. Песочное тесто используют для приготовления:

- печенья;
- пирогов;
- тортов;
- пельменей;
- оладий.

11. Дрожжевое тесто называют:

- кислым;
- пресным;
- сладким;
- соленным.

12. Изделия из дрожжевого теста:

- пироги;
- печенье;
- зефир;
- плюшки;
- торты.

13. К горячим сладким блюдам относится:

- компот;
- пудинг;
- яблоки в тесте;
- кофе;
- сладкие каши.

14. для заготовки продуктов применяются:

- сушка;
- кипячение;
- соление;
- маринование;
- нагревание.

15. Фрукты консервируют следующим образом:

- варенье;
- компоты консервированные;
- соление;
- замораживание;
- квашение.

### Тестовые задания

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

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

2. Отметьте знаком “+” все правильные ответы.

Витамин А содержится в:

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

(...) печени трески

3. В качестве разрыхлителей теста применяются:

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

4. Предметами общего пользования в сервировке стола являются:

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

(....) (....)  
солонка тарелки

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

(....) тонкий (....) клеенку  
поролон

(....) тонкую  
бумагу

(....) шелковую (....) тяжелую мягкую  
ткань ткань

6. Перед приготовлением рис:

(....) промывают (....)  
обжаривают

(....) сушат (....)  
перебирают

(....) проверяют на наличие  
вредителей

7. Салат из свежих овощей украшают:

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

8. Из дрожжевого теста можно приготовить:

(....) (....)  
пироги печенье

(....) (....)  
торт оладьи

(....)  
кулич

9. Консервирующими веществами при заготовке продуктов являются:

(....) соль (....) пищевая  
сода

(....) сахар (....) уксусная  
кислота

(....) лимонная  
кислота

10. Для максимального сохранения минеральных солей в овощах их:

(...) варят в воде (....) варят в кожуре

(....) варят на пару (....) запекают в духовом шкафу

(....) жарят

11. Салфетку на колени кладут:

(....) полностью развернутой

(....) сложенной вдвое с уравненными краями

(....) сложенной вдвое с верхней частью короче нижней

(....) сложенной вдвое с верхней частью длиннее нижней

(....) сложенной по диагонали

12. Праздничный стол украшают:

(....) невысокими букетами в низких вазах

(....) цветами с длинными стеблями в высоких вазах

(....) цветами с резким запахом

(....) с гирляндами из живых цветов.

13. Для приготовления желе применяются желирующие вещества:

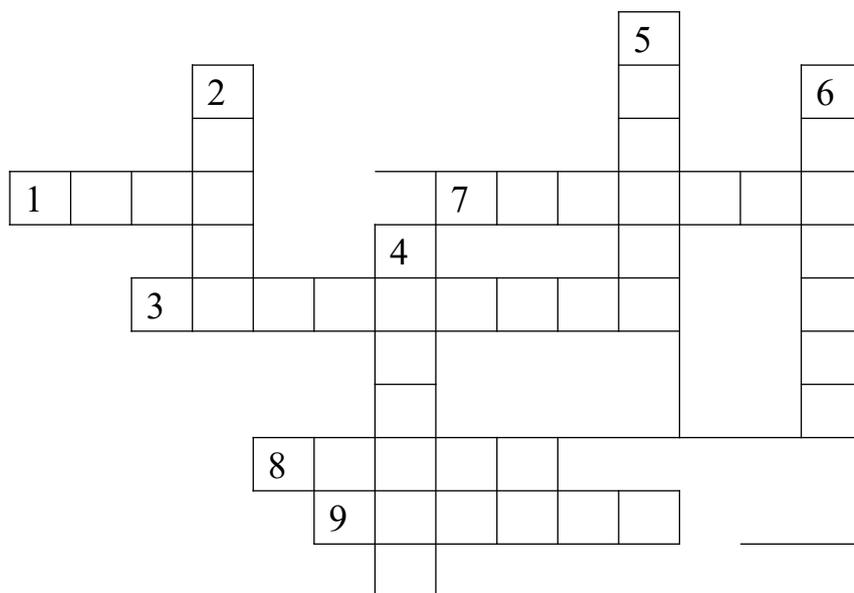
(....) крахмал (....) ваниль

(....) агар (....) желатин

(....) сахар

## Кроссворды

### Кроссворд № 1.



#### По горизонтали:

1. Блюдо из тушеных овощей.
3. Овощ - иногда его называют "вторым хлебом".
7. То, что приходит во время еды.
8. Плоды кустарников и некоторых деревьев.
9. Кисломолочный продукт, который можно приготовить в домашних условиях.

#### По вертикали:

2. Продукт, полученный при размоле зерновых культур.
4. Овощ, очень богатый витамином А.
5. Напиток, приготовленный из сока ягод и крахмала.
6. Изделие из рубленого мяса.

**Ответы:** 1. *Рагу.*

2. *Крупа.*

3. *Картофель.*

4. *Морковь.*

5. *Кисель.*

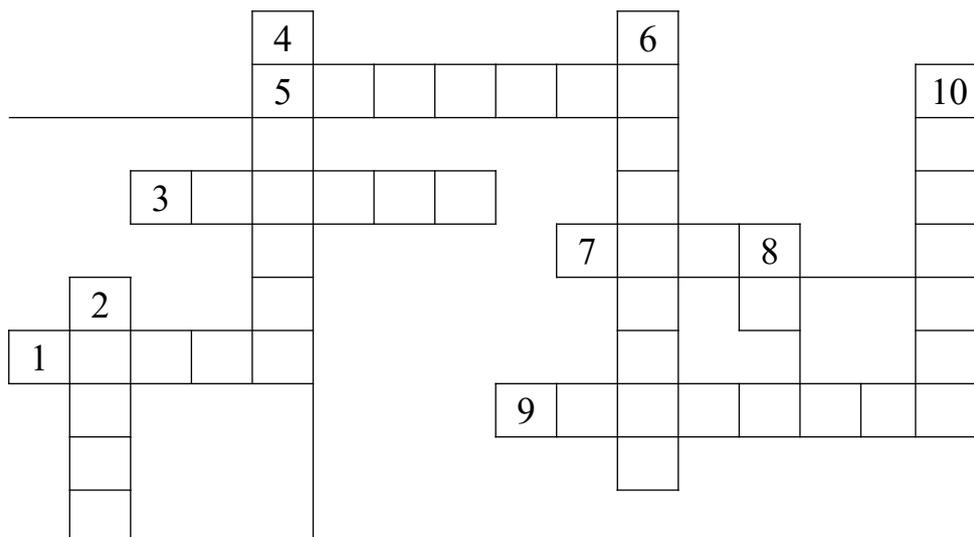
6. *Котлета.*

7. *Аппетит.*

8. *Ягоды.*

9. *Творог*

## Кроссворд № 2.



### По горизонтали:

1. Открытый своеобразный итальянский пирог со всевозможными начинками.
3. Древнейшее лакомство многих народов.
5. Холодный суп.
7. Первое блюдо, неотъемлемым компонентом которого является свекла.
9. Блюдо из теста и мяса, являющееся излюбленным у народов Сибири.

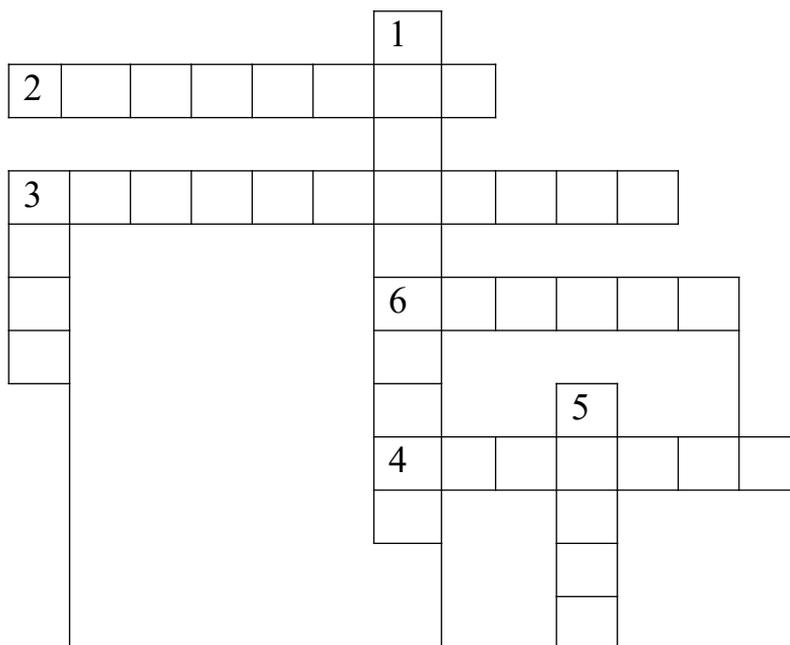
### По вертикали:

2. Слово, происходящее от древнерусского “пир”.
4. Острый суп, приготовленный на мясном, рыбном и грибном бульонах.
6. Важнейшая овощная культура разностороннего использования.
8. Национальное русское блюдо.
10. Блюда, предназначенные для возбуждения аппетита.

**Ответы:** 1. *Пицца.*  
2. *Пирог.*  
3. *Пряник.*  
4. *Солянка.*  
5. *Окрошка.*

6. *Картофель.*  
7. *Борщ.*  
8. *Щи.*  
9. *Пельмени.*  
10. *Закуски.*

### Кроссворд № 3.



#### По горизонтали:

2. Специальность человека, изготавливающего торты, пирожные, печенье, пряники и т.д.
3. Один из способов консервирования.
4. Единица измерения энергетической ценности продукта.
6. Описание приготовления какого-либо блюда.

#### По вертикали:

1. Подготовка и оформление стола.
3. Перечень блюд и напитков для завтраков, обедов, ужинов.
5. Работник общепита, занимающийся приготовлением блюд.

**Ответы:**

1. Сервировка.
2. Кондитер.
3. Меню.
4. Маринование.

5. Калорий.
6. Повар.
7. Рецепт.

