

Виробниче навчання: кухар 3 розряду

Кухар — одна з найдавніших і вічно сучасна професія. Люди впродовж всього свого життя три рази на добу віддають себе у владу представників однієї з самих стародавніх професій на землі — кулінарної. Добрий кухар цінується у всі часи і у всіх народів.

Про кухарів, їх мистецтво складають прислів'я і приказки, розповідають легенди.

Кухар – це в першу чергу творець. Творець прекрасного, смачного, привабливого.

Кухар – це винахідник, який все життя перебуває в пошуку для того щоб творити.

Послуги харчування одночасно є найважливішою складовою потребою будь – якої людини.

На перший погляд нічого мудрованого в кулінарній професії немає. Багато кому здається, що професія – неважка , вивчати в ній нічого: звари, підсмаж, подай — чи велика наука? Виявляється велика. І чим більше вивчаємо технологію, слідкуємо на практиці за роботою кухарів, тим ясніше розуміємо, що бути кухарем нелегко, але захоплююче і відповідально. Від нашої роботи залежить праця, відпочинок, навчання, здоров'я практично всіх людей.

Дата уроку	Тема	Тема уроку	К-сть годин	Актуалізація
------------	------	------------	-------------	--------------

	Обробляти овочі, гриби, фрукти, ягоди, горіхоплідні та готувати напівфабрикати з них. (24 години)	Здатність підготуватись до обробки овочів, грибів, ягід, організувати робоче місце.	6	1. Яке призначення овочевого цеху? 2. Які ви знаєте інструменти та інвентар, що використовують для обробки овочів? 3. Що таке маркування, його мета? 4. Яке маркування інструментів та інвентарю використовуються для обробки овочів? 5. Назвати овочі які відносяться до бульбоплодів? 6. Яких правил безпеки праці потрібно дотримуватись при обробці овочів?
--	--	---	---	--

	Важливу роль у процесі приготування страв та напівфабрикатів відіграє організація робочого. Овочі — незамінний продукт харчування. Завдяки високій харчовій цінності, смаку, аромату та яскравому кольору вони відіграють важливу роль у приготуванні страв. Овочі необхідно вживати протягом року. Вони є основним джерелом вітамінів С, К та Е. До складу овочів входять також мінеральні речовини й мікроелементи. Овочі мають лікувальне та дієтичне значення, а також запобігають виникненню інфекційних захворювань. Фітонциди часнику, цибулі та хрону знешкоджують певні мікроорганізми або затримують їхній розвиток, а також позитивно впливають на процес травлення завдяки наявності клітковини. Овочі збуджують апетит і посилюють процес травлення завдяки смаковим, ароматичним речовинам, органічним кислотам, які сприяють засвоєнню організмом жирів, білків і вуглеводів. Вуглеводи входять до складу овочів у вигляді цукрів, крохмалю, клітковини й інуліну.
--	--

		Здатність отримувати сировину зі складу або від постачальника.	6	1. Як називається основний нормативний документ для визначення необхідної кількості і розходу сировини, виходу напівфабрикатів, готових страв та виробів? 2.Що зазначається після кожної рецептури? 3.Яка вага зазначається у графі « брутто» та « нетто»? 4. Дайте визначення «Рецептура-це..»?
		Для того, щоб страви вийшли смачні та привабливі, необхідно мати якісну сировину. Тому при отриманні овочів зі складу або від постачальника, у підприємства громадського харчування, велику увагу приділяють якості, тому що при обробці овочів низької якості збільшується кількість відходів і погіршується смак страв.		

		Здатність проводити механічну кулінарну обробку та нарізання овочів, грибів та фруктів, ягід механічним та ручним способами, простими та складними формами.	6	1. Який технологічний процес обробки бульбоплодів? 2. Назвіть прийоми нарізки овочів? 3. Назвіть прості форми нарізки картоплі? 4. Як нарізати картоплю соломкою: розміри, використання? 5. Від чого залежить нарізання картоплі кубиками? 6. Назвіть складні форми нарізки моркви? 7. Як поділяють кубики за розмірами, їх використання?
		На сьогоднішній день процес механічної кулінарної обробки та нарізання овочів, грибів та фруктів полегшується за допомогою новітнього устаткування та інструментів, що дає змогу значно зменшити відходи та втрати при обробці. Важливо правильно організувати робоче місце для обробки та нарізання овочів та грибів, оскільки набуті вміння та навички мають вплив на якість виконання робіт під час нарізки овочів простою та складною формою нарізання, що впливає на якість приготовлених страв, їх зовнішній і естетичний вигляд.		

		Здатність проводити підготування овочів до фарширування.	6	1. Яка класифікація овочів? 2. Назвати які овочі можна фарширувати? 3. Назвати способи підготовки білоголової капусти до фарширування? 4. Розміри шматків циліндрів при підготовці кабачків і баклажанів до фарширування? 5. Яких санітарних вимог повинен дотримуватись кухар при обробці овочів? 6. Які інструменти та інвентар використовують при підготовці овочів до фарширування?
		В сучасній кулінарії дуже широко використовуються страви з фаршированих овочів. Це дає змогу урізноманітнити асортимент запропонованих страв, розширити меню. Для фарширування можна використовувати кабачки, баклажани, капусту, помідори, ріпу, перець та ін. овочі. В якості начинки використовують різні фарші, що покращує смак та калорійність готових страв.		
	Готувати страви та гарніри з овочів і грибів. (30 годин)	Здатність підготуватись до робочого процесу, організувати робоче місце.	6	1. Яке значення мають овочі у харчуванні людини? 2. В якому цеху готують страви і гарніри з овочів? 3. Яких санітарних вимог повинен дотримуватись кухар при приготуванні страв і гарнірів з овочів? 4. Яких правил техніки безпеки повинен дотримуватись кухар при приготування страв і гарнірів з овочів? 5. Яке обладнання використовують при приготуванні страв і гарнірів з овочів? 6. Які інструменти та інвентар використовують при приготуванні страв і гарнірів з овочів?

		Готуючись до робочого процесу приготування страв та гарнірів з овочів і грибів, необхідно правильно організувати робоче місце. Організують робоче місце так щоб було зручно, всі необхідні інструменти знаходяться поряд, у відповідності до технологічного процесу. Важливу роль відіграє посуд для подавання страв, адже це впливає на зовнішній вигляд столу. На уроці ми підберемо, який саме посуд підійде для подачі страв з овочів.
	Здатність готувати страви та гарніри з варених та припущених овочів.	6 1. Яке значення має теплова кулінарна обробка овочів? 2. Які способи теплової обробки ви знаєте? 3. Чим зумовлений смак і запах овочів? 4. Як запобігти руйнуванню вітаміну С? 4. Як готують і подають картопляне пюре? 5. Як готують і подають капусту варену? 6. Вимоги до якості варених страв?
		Готувати овочі шляхом кип'ятіння у воді, є одним з методів, який рекомендують дієтологи, коли ми хочемо почати дієту, так, як вони приготовані без жиру або олії на відміну від смаження, гриля або обсмажування їх. Варені та припущені овочі ідеально підходять в якості головної страви або як гарнір до м'яса або риби. Наприклад: зелені боби, приготовлені з морквою і картоплею. Але вірно також і те, що ми ризикуємо втратити багато поживних властивостей, якщо ми не будемо слідувати деяким правилам або порадам, які ви засвоїте сьогодні на уроці. Припущені овочі відмінно підходять для приготування різних гарнірів. Крім того, їх можна вживати і як самостійну страву. Страви з припущених овочів входять до меню дієтичного та дитячого харчування.

		Здатність готувати страви та гарніри з смажених овочів.	6	1. Які способи смаження ви знаєте? 2. Який жир використовують для фритюру? 3. Які овочі використовують для смаження 4. Поясніть чому під час смаження на поверхні картоплі утворюється рум'яна курочка? 5. Вимоги до якості смажених страв з овочів? 6. Яким способом теплової обробки смажать деруни?
		На мою думку, смажені овочі – кращий овочевий гарнір до більшості других страв. Гарнір з овочів, смажених на сковорідці, готується просто і швидко. Як правило, добавка до основної страви прикрашає і відтіняє її, покращує поживність і смак. У цьому вся суть гарніру. Часто в якості овочевого гарніру виступають різні овочі або овочеві суміші смажені основним способом або у фритюрі. Наприклад, дивовижне поєднання смаків і ароматів, коли стейк або ескалоп подається з швидко обсмаженими кабачками, морквою, цибулею, зеленою квасолею і горошком. Також смажені овочі відмінно смакують як самостійна страва.		
		Здатність готувати страви та гарніри з тушкованих та запечених овочів.	6	1. В якому цеху готують страви і гарніри з овочів? 2. Як розрізняють страви і гарніри з овочів за способом теплової обробки? 3. Що відбувається з овочами під час теплової обробки? 4. Які вимоги до якості тушкованих страв з овочів? 5. Які загальні правила приготування запечених страв з овочів? 6. Яких правил техніки безпеки потрібно дотримуватись при роботі з ножем?

		Овочі - це смачна і корисна їжа, яку дозволяють і навіть рекомендують більшість дієт. Запікання овочів посилює їх смак та аромат, така страва додасть яскравих фарб до вашого столу. Результат потішить, якщо будете знати декілька таємниць, які ми розглянемо на уроці. При запіканні овочі максимально зберігають свою користь і розкривають природний смак. Кориснішими способами приготування є хіба приготування на пару та бланшування, але вони не дають такий насичений смак. Запечені овочі стануть прекрасним гарніром до будь-якої страви. Вони приваблюють простотою приготування, великою кількістю рецептів і корисними властивостями. Ви можете зробити приголомшливе соте або рагу, використовуючи такий метод обробки - тушкування. Про те, як тушкувати овочі повинен знати кожен кухар. Їх подрібнюють і тушкують у глибокій формі у власному соку або з додаванням невеликої кількості води. Після такого приготування овочі зберігають максимальну кількість вітамінів та інших корисних речовин. Вони можуть входити в раціон людини, яка дотримується дієтичного харчування, тому що містять мінімум калорій.		
		Здатність готувати фаршировані запечені овочі.	6	1. Як підготувати капусту до фарширування? 2. Як підготувати кабачки до фарширування? 3. Як підготувати помідори до фарширування? 4. Складіть технологічну схему обробку перцю для фарширування? 5. Складіть технологічну схему приготування голубців? 6. Складіть технологічну схему приготування баклажанів фаршированих? 7. Складіть технологічну схему приготування печериць фаршированих?

		Фаршировані овочі – це досить швидко і дуже смачно. Використовувати можна будь-які продукти, а про способи готування взагалі говорити не будемо, так як їх дуже багато, але ми всі їх знаємо і вже навіть звикли до них. Здавалося б, ну що у нас спільного з греками? Ми просто обожнюємо овочі! От тільки вони готують їх приголомшливим чином і називають «Гемиста». Греки наповнюють начинкою болгарський перець, баклажани, кабачки, солодку цибулю і помідори. Це далеко не вегетаріанська страва обожнюють і місцеві жителі, і туристи. З одного боку частування нагадує наші рідні фаршировані овочі з іншого — тут не шкодують грошей і вибирають різні продукти, багато м'яса і приголомшливу заливку.		
	Готувати страви з яєць, молока та молочних продуктів. (18 годин)	Здатність підготуватись до робочого процесу приготування страв з яєць сиру, молока, молочних продуктів, організувати робоче місце.	6	1. В якому цеху готують страви з яєць та сиру? 2. Яких правил техніки безпеки потрібно дотримуватись при приготуванні страв з яєць і сиру? 3. Як правильно обробити яйця перед використанням? 4. Яких санітарних вимог повинен дотримуватись кухар при приготуванні страв з яєць та сиру? 5. Як визначити якість молочних продуктів?
		Вивчення даної теми вам необхідно для того, щоб ви вміли правильно підготувати сировину для приготування страв згідно сьогоденної теми, приготувати страви гарно їх оформити і презентувати і щоб отриманні знання на уроках теоретичного навчання ви вміли використати на виробництві. Особливу увагу при організації робочого процесу потрібно надати обробці яєць, для уникнення потрапляння збудників інфекційних хвороб під час приготування страв. А також дотримуватися температурного режиму та санітарних вимог у процесі приготування страв із сиру, молока та молочних продуктів.		

		Здатність готувати страви з яєць та яєчних продуктів.	6	1.В якій послідовності обробляють яйця та яєчні продукти? 2.Які загальні правила варіння яєць? 3.З якою метою зварені яйця занурюють у холодну воду? 4.Як відрізнити варене яйце від сирого? 5.Як подають варені яйця? 6. 2.Як приготувати і подати яєчню натуральну? 7.З якими гарнірами готують яєчню? 8.Чому страви з яєць не підлягають зберіганню?
		Яйця здавна були традиційною слов'янською їжею. Вони є символом відродження природи і весни. З яєць готують понад 1000 страв. Яйця є, напевно, однією з простих страв, здатною вгамувати апетит і отримати при цьому багатий комплекс вітамінів і корисних речовин для організму. Кожна людина хоч раз у своєму житті готувала страви з яєць. Тому, що готувати їх нескладно, вони швидкі в приготуванні. Яйця- дієтичний, калорійний продукт, також дешевий, що дуже важливо. Вам, як майбутнім кухарям, потрібно знати, що страви з яєць поживні, не складні в приготуванні і доступні більшості населення України, тому пропоную вам переглянути презентацію. https://vseosvita.ua/library/prigotuvanna-strav-z-aec-505556.html		

		Здатність готувати страви з сиру, молока та молочних продуктів.	6	1. Скажіть, чим характеризується харчова цінність сиру? 2. Назвіть інвентар, інструмент, посуд який використовують для страв із сиру? 3. Пригадайте, в якому цеху готують страви з сиру, та молочних продуктів? 4. За якою ознакою та на які сорти поділяють сир? 5. Для чого необхідно протирати сир? 6. Поясніть, чому із нежирного сиру слід віджати зайву вологу? 7. Як поділяють страви з сиру за температурою подачі? До яких страв відносяться гарячі страви з сиру?
		Молоко та молочні продукти (незбиране молоко, кисломолочні продукти, сир, сир) мають ряд дуже цінних поживних властивостей, які не можуть замінити інші продукти. Найважливіша їх роль у харчуванні людини полягає в забезпеченні організму кальцієм, вітамінами В2 А, повноцінним білком. Досить важливе споживання молока і молочних продуктів для росту і розвитку дітей та підлітків, для формування скелету та зубів. Особливо багатий білком, кальцієм і вітаміном В2 кисломолочний сир. Молочні страви в Україні споживали щодня, за винятком постів. Найпоширенішою стравою було свіже коров'яче молоко, кип'ячене або пряжене в печі. На свіжому молоці варили каші, локшину, ним заправляли картоплю, полуднували. З пареного молока робили ряженку. Так само часто споживали кисляк. З нього відтоплювали сир, який споживали як окрему страву і використовували як начинку для вареників, пиріжків, налисників. З вершків, зібраних з молока чи кисляку, збивали масло у спеціальних масло бійках або у високих макітрах. Сметану і масло використовували як забіл до борщу, каш, вареників, галушок. Менше вживали козяче молоко, яке майже повністю йшло в їжу без переробки.		

	Обробляти різні види риб, продуктів моря та готувати напівфабрикати з них. (24 години)	Здатність підготуватись до робочого процесу обробки різних видів риб, продуктів моря, приготування напівфабрикатів з них, організувати робоче місце.	6	1. В якому цеху готують напівфабрикати з риби та морепродуктів? 2. Яких правил техніки безпеки потрібно дотримуватись в м'ясо-рибному цеху? 3. Яких санітарних вимог потрібно дотримуватись кухарю в м'ясо-рибному цеху? 4. Як організувати робоче місце для обробки риби? 5. Яка послідовність обробки лускатої риби? 6. Які умови, строки зберігання напівфабрикатів з риби?
		Основна мета обробки риби — видалення неїстівних частин і підготовка її до теплової обробки. Первинну обробку риби здійснюють у рибному або м'ясо-рибному цехах залежно від потужності підприємства. При правильній обробці риби, максимально зберігається її поживна цінність. Найцінніше в рибі, звичайно, ж білок і омега-3 кислоти. Крім того, риба містить вітаміни А, D, Е, залізо, фосфор, кальцій, магній, цинк, селен. А білок з риби засвоюється краще, ніж м'ясний. Ще один істотний плюс риби – вона готується швидше, ніж м'ясо. М'якоть риби не має твердої з'єднувальної тканини, тому засвоюється організмом людини легко і швидко. Різноманітність хімічного складу робить рибу дієтичним продуктом, її використовують у лікувальному харчуванні.		

		Здатність проводити механічну кулінарну обробку риби з кістковими і хрящовими скелетом, інших видів риб.	6	1. У чому полягає організація роботи в рибному цеху? 2. Назвіть технологічний процес обробки лускатої риби? 3. Назвіть технологічний процес обробки риби з хрящовим скелетом? 4. Як правильно розморожу ти рибу? 5. Яких правил необхідно дотримуватись при заморожуванні риби? 6. Як визначити якість свіжої риби? 7. Як визначити якість замороженої риби?
		Риба в українській кухні займає значне місце. Вона має велику харчову цінність, оскільки містить білки, жири, мінеральні речовини, екстрактивні, вітаміни, вуглеводи. Але хімічний склад риби не є постійним, він змінюється залежно від виду риби, віку, місця вилову. Страви з риби посідають важливе місце у харчуванні людини. Вони легко засвоюються організмом людини, дають енергію, сприяють розумовій діяльності, нормалізують обмінні процеси Особливо звертаю Вашу увагу, що страви з морської риби багаті на йод, зважаючи на те, що в усьому світі відчувається йодо-дефіцит, а в Україні багато людей мають захворювання щитовидної залози. Тому вживання страв з риби їм вкрай необхідне. Також в стравах з риби багато легкозасвоюваного жиру; вітамінів А, Д, Е та групи В. Екстрактивні речовини риби збуджують апетит. Працюючи на виробництві кухар повинен вміти правильно організувати робоче місце для механічної обробки риби з лускою, без луски та знати особливості розбирання риби та нарізання напівфабрикатів. Вміти визначати відсоток відходів.		

		Здатність готувати котлетну масу та січену масу з різних видів риби та напівфабрикатів з неї.	6	1. Поясніть, що таке напівфабрикат? 2. Розкажіть про значення рибних страв з натурально січеної маси в харчуванні людини? 3. Яку рибу по кількості кісток використовують для приготування котлетної та натурально січеної маси? 4. Як розробити рибу на чисте філе? 5. Подумайте і назвіть , які продукти входять до складу рецептури
		Вироби з січеної натуральної та котлетної маси є достатньо поширеними в українській кухні. Страви з котлетної маси є смачними, поживними, добре засвоюються. Вони є одним з основних джерел повноцінних білків. Щоб уміти готувати якісні та смачні вироби, вам потрібно, перш за все: вивчати технологію їх приготування; вміти робити розрахунок сировини; дотримуватись норм закладання продуктів і послідовності ведення технологічного процесу; використовувати якісні продукти, правильно їх формувати; - правильно організовувати робочі місця, добирати інструмент, інвентар, посуд; працювати охайно, готувати з бажанням і любов'ю.		
		Здатність обробляти морепродукти.	6	1. Як класифікуються нерибні продукти моря? 2. Для приготування яких страв використовують нерибні продукти моря? 3. Чому кальмари не слід довго варити? 4. Як підготувати кальмари до використання? 5. Як правильно розморозити креветки? 6. Як підготувати мідії до використання?

		Морепродукти, які ми називаємо "дарами моря", найчастіше представлені ракоподібними (креветки, краби, лангусти, омари) та молюсками. Морепродукти мають: • високу поживну цінність, • є джерелом легкозасвоюваного білка, • жирних кислот омега 3,6, • вітамінів групи В, Д, • дієтичним джерелом йоду, • селену і фтору для людини, • містять залізо, цинк та магній. Морепродукти – це чудовий спосіб профілактики депресії та поганого настрою, саме через високий вміст вітаміну Д. Це дуже актуально в осінній період, коли апатія, хандра і небажання працювати – дають про себе знати. Рекомендовано 2 порції в тиждень, одна з них червона риба. Розмір порції близько долоні, 120-140 г. Практично всі морепродукти є дієтичними, низькокалорійними харчовими продуктами. Варто обирати ті морепродукти, які вам смачні та в якості яких ви можете бути впевнені.
--	--	--

	Обробляти м'ясо, субпродукти, птицю, дичину, та готувати напівфабрикати з них. (36 годин)	Здатність підготуватися до оброблення м'яса та приготування напівфабрикатів з м'яса, організувати робоче місце.	6	1. В якому цеху обробляють і готують м'ясні напівфабрикати? 2. Яких санітарних вимог повинен дотримуватись кухар в м'ясному цеху? 3. Яких правил техніки безпеки повинен дотримуватись кухар м'ясному цеху? 4. Які інструменти та інвентар використовують в м'ясному цеху? 5. Яке маркування дошки повинно бути для приготування м'ясних напівфабрикатів? 6. Як організовують робоче місце для нарізання м'ясних напівфабрикатів? Проблема харчування є однією з найважливіших соціальних проблем. Життя людини, її здоров'я і праця неможливі без повноцінної білкової їжі. Відповідно до теорії збалансованого харчування в раціоні людини повинні міститися не тільки білки, жири і вуглеводи в необхідній кількості, але і такі речовини, як незамінні амінокислоти, вітаміни, мінерали у певних, вигідних для людини пропорціях. М'ясо - це важливий продукт харчування, головне джерело тваринного білка та одне з головних джерел білка взагалі. М'ясо наземних ссавців містить усі необхідні для людини речовини. Отже, в організації правильного харчування першорядна роль відводиться м'ясним продуктам. М'ясо добре поєднується з різними харчовими продуктами, тому з нього можна приготувати велику кількість різноманітних страв. Важливу роль у обробленні м'яса та приготуванні напівфабрикатів з нього відіграє правильна організація робочого місця, від цього залежить якість майбутніх напівфабрикатів та кількість відходів під час обробки.
--	---	---	----------	---

		Здатність проводити механічну кулінарну обробку баранячих туш, четвертин яловичини, напівтуш телятини, свинини, та підготовку окремих частин м'яса.	6	1.Яких правил т/б необхідно дотримуватися в м'ясному цеху? 2.Чому не можна розморожувати м'ясо у воді? 3.Що таке обвалювання м'яса ? 4.Які частини яловичої туші використовують для смаження? 5.Які частини яловичої туші використовують для варіння і тушкування? 6.Складіть технологічну схему розбирання туш свинини? 7.Складіть технологічну схему розбирання туш баранини і телятини?
		Страви з м'яса для більшості людей у нашій країні – це основа раціону. Без них неможливо уявити ані повсякденне, ані святкове меню. Проте у здоровому і спортивному харчуванні, а також для поліпшення обміну речовин, краще використовувати нежирні сорти м'яса (нежирну яловичину і свинину, телятину, кролятину) і нежирні сорти птиці (курятину, індичку). Тому, вам як майбутнім кухарям потрібно вивчити та відпрацювати механічну кулінарну обробку туш та підготовку окремих частин м'яса, щоб в подальшому готувати якісні напівфабрикати. Кулінарне розбирання туш здійснюють з метою раціонального використання окремих частин, які мають різне кулінарне призначення. З кожної частини туші можна приготувати різноманітні кулінарні вироби.		

		Здатність готувати напівфабрикати з м'яса різної складності.	6	1. За якими ознаками класифікують м'ясо? 2. З яких послідовних операцій складається технологічна схема обробки м'яса? 3. На які частини ділять туші яловичини? 4. На які частини ділять туші свинини? 5. Назвати частини туш, які отримали при обвалюванні та надати коротку характеристику частин. 6. Які великошматкові напівфабрикати з яловичини ви знаєте? 7. Які великошматкові напівфабрикати зі свинини ви знаєте?
		Вважається, що м'ясні напівфабрикати - це вироби з січеного або натурального м'яса, які не пройшли термічної обробки. У ресторанному господарстві в класифікації м'ясних напівфабрикатів враховується в першу чергу спосіб обробки, а також кулінарне призначення кінцевого виробу. Якість будь-якого м'ясного напівфабрикату буде прямо залежати від первісного складу інгредієнтів, які використовують для виробництва продукту. Сьогодні, коли головним дефіцитом в суспільстві є час, все більшою популярністю користується продукція швидкого приготування, і зокрема м'ясні напівфабрикати різної складності. Тому, набуті на сьогоднішньому уроці вміння і навички знадобляться вам у подальшій професійній діяльності.		

		Здатність проводити механічну кулінарну обробку та підготовку субпродуктів м'яса.	6	1.Що називають субпродуктами? 2.Які вимоги до субпродуктів, що надходять на підприємства харчування? 3.На які категорії поділяють субпродукти? 4.Що потрібно зробити з свинячою печінкою аби зникла гіркота? 5.Для чого мозок попередньо замочують у воді? 6. Що потрібно зробити з нирками перед використанням?
		Субпродукти, як одну з основ харчування, часто недооцінюють. В основному, багатьом не подобається їхній смак і запах. Однак якщо розкуштувати м'ясні субпродукти і включити їх в раціон на регулярній основі, то організм наситить велику кількість білка, вітамінів і мінералів. Це не тільки принесе для здоров'я неоціненну користь, але і урізноманітнить ваше щоденне меню. Субпродукти мало чим відрізняються від звичайного м'яса, але з якихось показниками навіть перевершують. Наприклад, в них стільки ж, а іноді і більше білка, повноцінний набір амінокислот. Склад нутрієнтів буде відрізнятися в залежності від різновиду продукту, але загальні компоненти все одно однакові. Субпродукти обов'язково повинні використовуватись в дитячому харчуванні. Дієтологи вважають субпродукти відмінним джерелом білка, але не рекомендують їсти їх частіше разу на тиждень.		

		Здатність готувати натуральну січену та котлетну маси з різних видів м'яса та напівфабрикатів з неї.	6	1.На що потрібно звернути увагу при порціонуванні н/ф з котлетної маси? 2.Які види паніровок ви знаєте? 3.З якою метою н/ф з котлетної маси панірують? 4.У скільки прийомів панірують н/ф – котлету? 5.Які умови зберігання н/ф з котлетної маси? 1.Яка особливість приготування котлетної маси для тюфтельок, зраз та рулету? 2.Чому тюфтельки панірують у борошні? 3.З якою метою н/ф рулет проколюють перед запіканням? 4.Сформовані н/ф зразів з тріщинами та нерівними краями. Яка причина?
--	--	---	---	---

	Звідки з'явилися всім відомі котлети? Все почалося в давнину у Франції — саме ім'я «Котлета» походить від французького ребро “fin”. З чого зрозуміло, що спочатку мали на увазі шматок м'яса на ребрі. Тепер ми називаємо їх натуральними котлетами. Потім і котлета перестала бути цілим шматком – м'ясо стало січеним. Згодом м'ясо перестало бути січеним, а стало фаршем. Далі з'явилися добавки — молоко, хліб, яйця і сухарі. Перші м'ясорубки (grinder) з'явилися в кінці 70 років XIX століття і були імпортовані з Америки. Вони замінили, сікачі – качалки, які мали той же принцип, тобто різання. У 1890 р. були м'ясорубки з «черв'ячним» валом і хрестоподібним лезом. Покращились не тільки м'ясорубка, а також формування котлет. З'явилися котлето-формувальні машини і повністю механізовані лінії з виробництва котлет. В той же час, розширився асортимент із м'ясного фаршу. Ось так появились сучасні котлети. Під час проходження виробничого навчання ви переконаєтеся, що асортимент страв з січеної натуральної та котлетної маси різноманітний. Вони готуються не тільки в Україні, але в інших країнах світу та входять до більшості сучасних підприємств.
--	---

		Здатність проводити механічну кулінарну обробку птиці, готувати напівфабрикати з птиці різної складності, проводити механічну кулінарну обробку та підготовку субпродуктів із птиці, готувати котлетну масу з птиці та напівфабрикати з неї.	6	1. Чим цінне м'ясо птиці? 2. Як класифікують птицю? 3. У якій послідовності розбирають птицю? 4. Складіть технологічну схему приготування котлетної
		М'ясо птиці відіграє важливу роль у раціональному харчуванні людини, оскільки харчова цінність м'яса птиці вище, ніж м'яса тварин. Страви з птиці легко засвоюються організмом. Вони містять білки, жири, мінеральні солі, вітаміни B1, B2, PP, A і екстрактивні речовини. Особливо цінуються страви з філе птиці, так як вони мають більше ніжну консистенцію і містять більше азотистих речовин. М'ясо птиці різноманітне за асортиментом, за кольором, за складом. Але всі види м'яса птиці об'єднує одна важлива властивість – це дієтичний, легкозасвоюваний продукт, який, до того ж, надзвичайно смачний.		
	Готувати бульйони супи та соуси. (54 години)	Здатність підготуватись до робочого процесу приготування бульйонів, супів та соусів, організувати робоче місце для приготування бульйонів, супів та соусів.	6	1. В якому цеху готують бульйони та супи? 2. На які відділення поділяють гарячий цех? 3. Яких правил санітарії і гігієни необхідно дотримуватися в гарячому цеху? 4. Яких правил техніки безпеки необхідно дотримуватися в гарячому цеху? 5. Які супи називають заправними? 6. Які види пасеровок ви знаєте? 7. Як приготувати овочеву пасеровку?

		У гарячому цеху завершується технологічний процес приготування гарячих страв. Для виконання різних процесів теплової і механічної обробки продуктів, робочі місця оснащені відповідним обладнанням та різноманітним посудом, інструментом, інвентарем. Важливий правильний підбір посуду за обсягом і призначенням. Посуд має виготовлятися з неокислюючого металу, мати рівне дно, гладкі стінки, міцно прикріплені ручки, маркіровку з вказівкою ємності. Обладнання, інструменти та інвентар повинні відповідати всім санітарним вимогам. Правильно організоване робоче місце, покращить ефективність праці кухаря. Зменшить навантаження та витрати робочого часу під час приготування страв. Відповідна організація робочого процесу приготування бульйонів, супів та соусів неодмінно позначиться на якості готових страв.		
		Здатність приготування бульйонів, заправних супів з крупами, бобовими, макаронними виробами, супів з різних овочів.	6	1. Як класифікуються перщі страви? 2. Як розрізняють перщі страви за способом приготування? 3. Як підготувати бобові для супу з бобовими? 4. Коли додають спеції до супу? 5. Яка температура подачі перших страв? 6. При якому нагріві варять суп. Чому? 7. З якою метою настоюють суп після варіння?

	Українська народна кухня відрізняється широким вибором перших страв, які готують із різноманітних продуктів. Перші страви збуджують апетит, підвищують секрецію залоз органів травлення. Багато перших страв мають високу енергетичну цінність (кулешики, борщі, юшки з крупами, бобовими та макаронними виробами, молочні супи), оскільки до складу їх входять м'ясо, риба, крупи, бобові та макаронні вироби. Поживну цінність перших страв підвищують вироби з борошна (хліб, галушки, пампушки та ін.). Перші страви є важливим джерелом мінеральних і біологічно активних речовин (вітамінів, мікроелементів). Вони містять велику кількість рідини і дещо покривають потребу організму у воді. Сьогодні на уроці виробничого навчання відпрацюємо приготування бульйонів та заправних супів. Рецепти заправних супів є у всіх національних кухнях. Секрет їх популярності простий - вони неймовірно смачні. А об'єднує цю категорію технологія приготування.			
	<table><tr><td>Здатність приготування борщів, капусняків та щів.</td><td>6</td><td> 1. Що являється основним продуктом при приготуванні щів? 2. Як нарізають овочі для приготування щів із свіжої капусти? 3. Якщо свіжа капуста має гіркий смак ваші дії? 4. Як підготувати квашену капусту? 5. Що являється обов'язковими складовими частина борщу? 6. На яких бульйонах готують борщі? 7. Як нарізають овочі для борщу українського? 8. Яка особливість подачі борщу українського? </td></tr></table>	Здатність приготування борщів, капусняків та щів.	6	1. Що являється основним продуктом при приготуванні щів? 2. Як нарізають овочі для приготування щів із свіжої капусти? 3. Якщо свіжа капуста має гіркий смак ваші дії? 4. Як підготувати квашену капусту? 5. Що являється обов'язковими складовими частина борщу? 6. На яких бульйонах готують борщі? 7. Як нарізають овочі для борщу українського? 8. Яка особливість подачі борщу українського?
Здатність приготування борщів, капусняків та щів.	6	1. Що являється основним продуктом при приготуванні щів? 2. Як нарізають овочі для приготування щів із свіжої капусти? 3. Якщо свіжа капуста має гіркий смак ваші дії? 4. Як підготувати квашену капусту? 5. Що являється обов'язковими складовими частина борщу? 6. На яких бульйонах готують борщі? 7. Як нарізають овочі для борщу українського? 8. Яка особливість подачі борщу українського?		

	Борщ - це найпоширеніша перша страва української кухні. Спосіб приготування борщу в різних областях України має свої особливості, тому борщі здебільшого носять назву місцевостей і міст, наприклад: київський , полтавський, волинський, чернігівський, львівський та інші. Це поживна страва. До його складу входить багато різноманітних продуктів, які у своїй сукупності дають приємний смаковий букет. Він набув широке міжнародне поширення і визнання. Борщ — улюблена страва українців, символ української кулінарної культури і достатку. Борщ унікальний своїми квасно-солодкими відтінками присмаку. Страва має більше сотні різновидів, що пов'язано з роз'єднанням у минулому українських земель, з існуванням різних частин українського народу в Польщі, Молдові, Румунії, Чехословаччині, із впливом на формування української кухні різних кулінарних звичаїв і смаків. В Україні протягом віків сформувався справжній культ борщу, і кожен край пишається місцевими особливостями приготування. Капусняк також вважається суто українською стравою. Основним її інгредієнтом є квашена капуста. Саме вона надає капусняку особливого аромату й кислуватого смаку.		
	Здатність приготування розсольників та солянок.	6	1. Як підготувати огірки для розсольника? 2. Яка особливість приготування солянки домашньої? 3. яка особливість приготування розсольника з крупою? 4. Вимоги до якості солянки домашньої? 5. На якому бульйоні готують розсольник домашній? 6. Як нарізають продукти для солянки? 7. Як нарізають овочі для солянки домашньої?

	Розсольник – перша страва, зварена на м'ясному бульйоні з додаванням круп'яних виробів, картоплі і солоних огірків. Розсольник з'явився в середині 19 століття. Назвали його так тому, що основу складають солоні огірки або розсіл від них. Цікаво, що рецепти перших розсольників входили: їстівні тельбухи, картопля, варений буряк і рис. Сучасні супи зазнали деякі зміни, в результаті яких залишилися тільки картопля, будь м'ясна основа (свинина, яловичина, курятина, риба), огірки і крупа (вона потрібна перш за все для поглинання зайвої кількості солі). Солянку часто називають "чоловічою стравою". З тієї причини, що суп містить у собі велику кількість м'яса і є досить калорійним. Існує безліч рецептів приготування цієї страви. Її можна зробити і більш легкою, і навпаки – поживнішою, коригувати калорійність і просто добирати продукти на свій смак.			
	<table><tr><td> Здатність приготування пюреподібних та холодних супів. </td><td> 6 </td><td> 1. Що являється відмінною особливістю супів пюре? 2.Що являється основою супів пюре? 3. Для чого протерті продукти з'єднують з білим соусом? 4. Як називається суп, якщо перед подаванням його заправляють льезоном з жовтків і вершків? 5. Які вимоги до якості супів-пюре? 6. Як нарізають овочі для приготування борщу холодного? 7. Яка особливість подачі борщу холодного? </td></tr></table>	Здатність приготування пюреподібних та холодних супів.	6	1. Що являється відмінною особливістю супів пюре? 2.Що являється основою супів пюре? 3. Для чого протерті продукти з'єднують з білим соусом? 4. Як називається суп, якщо перед подаванням його заправляють льезоном з жовтків і вершків? 5. Які вимоги до якості супів-пюре? 6. Як нарізають овочі для приготування борщу холодного? 7. Яка особливість подачі борщу холодного?
Здатність приготування пюреподібних та холодних супів.	6	1. Що являється відмінною особливістю супів пюре? 2.Що являється основою супів пюре? 3. Для чого протерті продукти з'єднують з білим соусом? 4. Як називається суп, якщо перед подаванням його заправляють льезоном з жовтків і вершків? 5. Які вимоги до якості супів-пюре? 6. Як нарізають овочі для приготування борщу холодного? 7. Яка особливість подачі борщу холодного?		

	У нашій кулінарії гарячі перші страви завжди займали чільне місце. Ми знаємо, як важливо для нашого здоров'я обідати гарячим супом. А останнім часом серед безлічі рецептів супів на перший план упевнено виходять супи-пюре. Вони мають рівну густу консистенцію, зазвичай дуже поживні, помірно калорійні, чудово підходять для дієтичного та дитячого харчування (особливо, якщо для бульйону береться курка) і добре засвоюються організмом, тому їхня популярність і підвищений інтерес до цього виду супів цілком зрозумілі. Сочевичний, томатний, гороховий, гарбузовий - можна варити будь-який суп. Брокколи, буряк, кабачки, шпинат, картопля - усі корисні овочі підуть до супу. У літню спеку хочеться охолоджуватися всіма доступними способами. В тому числі і зсередини, з допомогою їжі і пиття. Крім напоїв і морозива відчутти себе набагато краще зможуть смачні холодні супи. Їх користь для організму людини велика, рівно як і асортимент. А враховуючи той факт, що більшість з них готуються з сезонних овочів, холодні супчики можна вважати стравами економ класу. Який суп їдять холодним? При згадці холодних супів першими на розум приходять окрошка і борщ. Їх інтерпретацій дуже багато. Рецепти холодних супів є в багатьох національних кухнях. Наприклад: ● гаспачо — іспанська (середземноморська) кухня ● вишисуаз – французька кухня ● таратор — болгарська кухня ● куксі – корейська кухня.
--	--

		Здатність приготування солодких супів.	6	1. Яка температура подачі перших страв? 2. Рідка основа солодких супів-це? 3. Для приготування відварів використовують...? 4. Температура подачі солодких супів буває? 5. Подають солодкі супи з...? 6. Послідовність подачі солодких супів така...? 7. Як нарізають фрукти для солодких супів?
		Солодкий суп - дуже смачна і корисна страва, а сам процес їх приготування - надзвичайно захоплююче заняття! Це пошук не тільки цікавих поєднань смаків, ароматів і текстур, а й можливостей оформлення та подачі. Приготування солодких супів - справа не витратна, як це може здатися спочатку, ну, що ще може бути простіше влітку, ніж фруктовий відвар з додаванням свіжих фруктів та вершків, а як інакше нагодувати дитину молоком або корисним гарбузом? Так-так, саме гарбузом, овочем багатим корисними речовинами і вітамінами, який досить збити з вершками до ніжного солодкого крему. Такі супи мають незвичний, але дуже приємний смак. Шматочки свіжих фруктів, чіпси, горіхи, кулька морозива, а іноді і зовсім "не десертні" продукти створюють в солодких холодних супах цікавий контраст текстур. Різноманітне поєднання продуктів в такій страві надовго захопить будь-яку людину, навіть далеку від кухні.		

		Здатність приготування основних соусів на бульйонах та їх похідних, молочних і сметанних соусів.	6	1. Яке значення у харчуванні мають соуси? 2. На які групи поділяють соуси за способом приготування? 3. Які соуси називають похідними? 4. Які бульйони використовують для приготування соусів? 5. Яка технологія приготування червоно основного? 6. Які похідні ви знаєте? 7. Яка технологія приготування соусу білого основного? 8. Які похідні ви знаєте? 9. які вимоги до якості соусів.
		Чи знаєте ви, як українці називали соуси? Котляревський, в своєму видатному творі "Енеїда" писав: "Свинячу голову до хріну і локшину на переміну, потім з підливою індик". Тільки соус спроможний перетворити просту страву на витвір мистецтва, спроможний примусити всі інгредієнти, як ноти, лунати по-різному. За допомогою соусу можна акцентувати увагу на смакових особливостях основного інгредієнту або навпаки, замаскувати природні смакові якості. Особливою популярністю в Україні користуються соуси, які готуються до м'ясних, круп'яних, овочевих та рибних страв. Добре приготовлені і правильно підібрані соуси урізноманітнюють смак і зовнішній вигляд їжі, роблять її більш соковитою, що полегшує її засвоєння. Смачні соковиті підливи завжди були невід'ємною частиною всіх святкових столів та банкетів.		

		Здатність приготування холодних соусів та заправок для салатів.	6	1. Що таке соус? 2. Який вихід соусів? 1. Що являється основою при приготуванні холодних соусів? 3. Яка технологія приготування соусу майонез з корнішонами? 4. Які види заправок ви знаєте? 5. Як приготувати заправку для салатів? 6. Чим відрізняється заправка для салатів від гірчичної? 7. Чим корисні соуси?
		Здатність приготування солодких соусів.	6	1. З яких фруктів можна приготувати солодкі соуси? 2. Який загусник використовують для солодких соусів? 3. Яка технологія приготування соусу абрикосового? 4. Які правила подачі солодких соусів? 5. Яка температура подачі солодких соусів? 6. З яких продуктів готують солодкі соуси?

Салатні заправки, або, простіше кажучи, соуси для салатів, займають почесне місце в кулінарній книзі. По-перше, соуси для салатів потрібні для кожного святкового застілля. По-друге, соуси для салатів можуть поліпшити смак будь-якого салату, навіть приготованого не зовсім вдало. По-третє, салатні заправки надають додаткові смакові якості цим популярним холодним закускам. По-четверте, соуси для салатів, з'єднують всі інгредієнти один з одним. Один з найзнаменитіших соусів для салатів – це соус для салату Цезар. Рецепт соусу для салату Цезар відноситься до одних з найрізноманітніших і численних. Рецепти соусів для салатів – це простір для творчості і фантазії. Можна взяти будь-який вподобаний рецепт заправки для салатів, а після його злегка видозмінити на власний смак. В результаті вийде зовсім новий.

		Що може зробити деякі страви не тільки красивішими, але і смачнішими? Без всякого сумніву солодкі соуси. Солодкі соуси є не тільки найважливішим доповненням до випічки, десертів і каш, а й вносять до них свою «родзинку», яка збагачує і посилює смак готових страв. У деяких випадках солодкі соуси просто необхідні, щоб додати виробу відсутню солодкість або кислинку. Соуси солодкі і сиропи готують з свіжих, сушених плодів і ягід, а також з повидла, джему. Подають їх до круп'яних биточків, запіканок, пудингів, страв з свіжих плодів і ягід, кремів, морозиву та ін.		
	Готувати страви і гарніри з круп, бобових, макаронних виробів. (18 годин)	Здатність підготуватись до приготування страв і гарнірів з круп, бобових, макаронних виробів, організувати робоче місце.	6	1. В якому цеху готують страви і гарніри з круп, бобових і макаронних виробів? 2. Яких правил техніки безпеки потрібно дотримуватись під час приготування страв з круп? 3. Яких санітарних вимог потрібно дотримуватись під час приготування страв з круп? 4. Які інструменти та інвентар використовують під час приготування страв з круп? 5. Яке значення мають страви з круп у харчуванні людини? 6. Як класифікують каші за консистенцією?
		Відомо, що для приготування страв необхідно правильно організувати робоче місце, створити безпечні умови праці, правильно підібрати устаткування, інвентар, інструменти та посуд для подавання страв. У всіх народів-землеробів страви з круп були основною стравою в усі пори року. Ви, як майбутні кухарі, знаєте що правильна підготовка до робочого процесу впливає на швидкість та якість роботи.		

		Здатність готувати страви і гарніри з круп.	6	1. Як підготувати пшоняну крупу до варіння? 2. З якою метою ошпарюють пшоняну крупу? 3. Які є способи варіння рису? 4. Яка технологія приготування пудингу пшоняного? 5. Правила відпуску пудингу пшоняного? 6. Технологія приготування манних биточків? 7. Правила подачі манних биточків?
	Каші та страви з них – найдавніші страви, які готували та споживали слов'янські народи в кінці XIX ст. Це була щоденна страва українців, друга після борщу. Каші готували на сніданок та на вечерю. Каші з гречки та пшона були поширені на всій території України, кукурудзяна – на південному заході України і в Карпатах, вівсяна – у деяких районах Полісся, ячна – на всій території України. Найулюбленішою для українців була гречана каша: «Гречана каша – то матір наша, а хлібець житній – то батько рідний», - стверджує українське народне прислів'я. У східних слов'ян був такий звичай: під час укладання мирного договору противники варили кашу і їли її. Каша стала символом союзу, без неї мирний договір не міг набути сили. Із каш в Україні готують різноманітні запіканки, крупники, бабки, котлети, биточки та інші смачні та поживні страви.			
		Здатність готувати страви і гарніри з бобових та макаронних виробів (паст).	6	1. Яким способом варять макарони для подачі з сиром, сметаною, та іншими продуктами? 2. Як варять макарони відкидним способом? 3. Як варять макарони не зливним способом? 4. Чи можна промивати макарони холодною водою? 6. Як готують і подають бабку з локшини та сиру? 7. Як готують і подають макаронник?

	Звідки з'явилися макарони? Прийнято вважати, що макарони вперше приготували в Італії. Одна з легенд свідчить, що в XVI столітті власник однієї таверни, готував для відвідувачів локшину - улюблену їжу італійців. Одного дня його дочка бавилася з тістом, згортаючи його в довгі, тонкі трубочки, розвішуючи їх на мотузку для білизни. Побачивши "іграшки", кмітливий господар зварив трубочки, полив їх спеціальним томатним соусом і дав нову страву гостям. Вони були у захваті, як і сам автор. Звали цього вдалого підприємця Марко Ароні, а страву цю, звичайно, назвали "макарони". Існує припущення, що оригінальне слово, від якого походить слово «макарони» - це сицилійське слово <i>massaruni</i>, («оброблене тісто»). Якщо ви дбаєте про здоров'я, то зверніть увагу на бобові. Калій, фолієва кислота, залізо, магній - це лише кілька мінералів, що міститься в них. Кілька десятків років тому бобові дещо втратили популярність. Але в останнє десятиліття впевнено відвойовують свої позиції. Адже саме активне введення у раціон бобових і скорочення споживання м'яса є корисним для здоров'я як дорослої людини так і планети в цілому.
--	--