

Управление образования администрации
Нижнесергинского муниципального района
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
Центр «Радуга»

Принята на заседании
Педагогического совета
от «28» 08 2023 г.
Протокол № 54



Утверждена
Приказом директора № 42-08
от «29» 08 2023 г.
[Подпись]
Н.Г. Еловских

Дополнительная общеобразовательная программа
социально-гуманитарной направленности
«Юный кулинар»

Возраст обучающихся: 7-13 лет
Срок реализации программы: 2 года

Автор-составитель:
Соколкина М.С.,
педагог дополнительного образования

г. Михайловск
2023 г.

2. Основные характеристики

2.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Социально-гуманитарная направленность

Актуальность общеразвивающей программы

Вопросы правильного питания и здорового образа жизни становятся все более актуальными в жизни современного человека. Изучение основ здорового образа жизни и рационального питания способствует воспитанию физически и нравственно здорового поколения, развитию у обучающихся чувства гармонии и красоты, способности воспринимать мир как единое целое. Культура питания, к разным элементам которой обучающийся приобщается по мере обучения, оказывает на него комплексное воздействие:

- играет важную социальную роль, содействуя социализации детей и подростков, приобретению опыта хозяйственной деятельности в семье и других коллективах, подготовке к этой важной составляющей части их будущей взрослой жизни;

- способствует обеспечению здоровья ребенка: без здорового, полноценного и разумно организованного питания невозможно добиться гармоничного физического и умственного развития детей;

- содействует развитию нравственных и эстетических качеств детей.

Приготовление и потребление пищи исторически являлось составной частью различных обрядов и ритуалов, которые формировали связанные с национальной культурой ориентации и установки, а также способствовали выработке присущего ей понимания красоты и гармонии.

Занятия по программе «Юный кулинар» будут способствовать расширению кругозора воспитанников на основе значения питания в жизни и деятельности человека; формированию знаний о разнообразии пищи, её полезных свойствах, о культуре питания; развитию навыков приготовления блюд, эстетическому их оформлению, проявлять элементы творчества при создании новых вариантов кулинарных рецептов.

Новизна, педагогическая целесообразность программы Данная программа связана с необходимостью освоения детьми современного подхода к рациональному и здоровому натуральному питанию. Сегодня это – важнейшая составная часть формирования в российском обществе здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни – это результат действий многих внутренних и внешних факторов, объективных и субъективных условий. Один из основных принципов здорового образа жизни – это соблюдение принципов рационального питания (сбалансированного качественно – белки, жиры, углеводы, витамины, микроэлементы и количественно – энергетическая ценность потребляемых продуктов и расход энергии в процессе жизнедеятельности). Правильное питание – источник здоровья, силы, бодрости и красоты. Понятие «культура питания» входит в общее определение культуры человека. В настоящее время средствами массовой информации зачастую навязываются стереотипы питания, которые далеко не всегда отвечают критериям здоровой, полезной пищи. Еда и напитки, предлагаемые различными «фаст-фудами», сладости, жевательные резинки и другие продукты, благодаря навязчивой и агрессивной рекламе, не могут не оказывать влияния на подростков. Можно говорить об опасности возникновения у них ещё одного вида зависимого поведения – поведения в сфере питания, при котором усваивается легкомысленное, поверхностное отношение к пище, ориентированное на следование тому, что «модно», «стильно», а не тому, что действительно полезно и необходимо. Негативные последствия такого поведения для будущей взрослой, в первую очередь, семейной жизни, ни в коем случае нельзя недооценивать. Реализация дополнительной общеразвивающей программы «Юный кулинар» способствует процессу воспитания личности, привитию навыков здорового образа жизни и правильного питания обучающихся.

Нормативно – правовые основания разработки программы:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Устав МАУДО Центр «Радуга».

Адресат общеразвивающей программы

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы - 7-13 лет

Характеристика особенностей развития детей 7- 11 лет

Младший школьный возраст является сензитивным периодом для развития, формирования, освоения и становления следующих характеристик: мотивов учения, развития устойчивых познавательных потребностей и интересов; «умения учиться»; индивидуальных особенностей и способностей; навыков самоконтроля и самоорганизации; адекватной самооценки, развития критичности по отношению к себе и окружающим; социальных норм, нравственного развития; навыков общения со сверстниками, установления прочных дружеских контактов. Эмоции занимают важное место в психике этого возраста, им подчинено поведение ребят. Дети этого возраста весьма дружелюбны, легко вступают в общение. Для них все большее значение начинают приобретать оценки их поступков не только со стороны старших, но и сверстников. Их увлекает совместная коллективная деятельность. Они легко и охотно выполняют поручения и отнюдь не безразличны к той роли, которая им выпадает, им интересно все новое. Занятия по этой программе в полной мере удовлетворят потребности детей.

Характеристика особенностей развития детей 11- 13 лет

В этом возрастном периоде продолжается дальнейшее формирование организма, отличающееся высокой скоростью роста, увеличением массы тела, интенсивностью обменных процессов. В этом возрасте завершается формирование скелета и скелетной мускулатуры, а также сердечнососудистой, легочной систем, пищеварительного тракта, системы иммунологической защиты.

Отличительной особенностью этого периода жизни является перестройка нервно - эндокринной сферы и, в частности, половое созревание.

Существенные изменения происходят в нервно-психической сфере ребенка и подростка – завершается формирование интеллекта, совершенствуется деятельность вегетативной нервной системы, усложняются процессы в психической сфере.

Для осуществления этих важных процессов необходимо достаточное по количеству и качеству поступление пищевых веществ и энергии. Поэтому так важно в этом возрасте понять важность режима питания, пищевую ценность продуктов, основные принципы рационального здорового питания и при приготовлении блюд руководствоваться физиологическими нормами потребности в основных пищевых веществах и энергии различных возрастных групп.

В этом возрасте происходит становление личности. Вместе с тем – это самый ответственный период, поскольку здесь складываются основы самостоятельности. Самостоятельное приготовление пищи, умение накормить семью приведет к повышению самооценки, что особенно важно в этом возрасте.

Наполняемость группы: 10-15 человек

Принцип комплектования групп – по возрасту: школьники младшего школьного возраста, школьники среднего школьного возраста.

Набор детей - свободный, без предъявления требованиям к знаниям и умениям детей в области кулинарии, главное достижение ребенком указанного возраста, желание детей и родителей.

Режим занятий:

Продолжительность одного академического часа– 45 минут, с 15-ти минутным перерывом после каждого академического часа.

Для 1-го года обучения занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

Общее количество часов в неделю–4 часа.

Для 2-го года обучения занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа.

Общее количество часов в неделю–6 часов.

Объём и срок освоения программы:

Объём программы – 360 часов.

Программа рассчитана на 2 года обучения:

1 год обучения: 144 часа

2 год обучения: 216 часов

Особенности организации образовательного процесса:

Форма обучения: очное обучение; применение формы дистанционного обучения допустимо только во время ухудшения эпидемиологической ситуации.

Уровень сложности программы: базовый.

Программа предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний.

Перечень форм обучения: индивидуально – групповая, групповая.

Перечень видов занятий: практическое занятие, мастер-класс, открытое занятие.

Перечень форм подведения итогов реализации общеразвивающей программы: анкетирование, тест, наблюдение, кроссворд, защита проекта.

2.2. Цель и задачи общеобразовательной общеразвивающей программы

Цель - подготовить детей к самостоятельной жизни в плане организации здорового питания, обучение способам обработки пищевых продуктов.

Задачи общеразвивающей программы:

Обучающие:

- дать знания о культуре питания народов России, народов Ближнего и Дальнего Зарубежья, кухне и традициях в области кулинарии;
- дать знания о технологии приготовления традиционных блюд национальных кухонь;
- познакомить детей с историей кулинарии, историей национальных кухонь с точки зрения рационального питания и способов обработки продуктов, лечебными свойствами некоторых продуктов, организацией труда при приготовлении пищи;
- обучить технологии приготовления основных блюд русской и национальной кулинарии;
- обогатить словарный запас детей;
- сформировать навыки работы с инструментами и приборами при обработке различных продуктов;
- приобщать к разнообразным видам хозяйственно-бытовой деятельности;
- познакомить с санитарно-гигиеническими правилами и нормами и техникой безопасности при выполнении кулинарных работ;
- познакомить с основными принципами правильно организуемого рационального здорового питания

Развивающие:

- развить творческую активность через индивидуальное раскрытие кулинарных способностей каждого ребенка;
- сформировать у обучающихся правильные вкусовые предпочтения, развить навыки здорового образа жизни;
- сформировать умения по художественному оформлению и подаче блюд, сортировке стола.

Воспитательные:

- воспитать чувство уважения к культуре своего народа, к культуре и традициям других народов;
- воспитать трудолюбие, аккуратность.
- привить навыки работы в группе; сформировать культуру общения.

2.3. Содержание общеобразовательной общеразвивающей программы

Учебный (тематический) план 1 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	История возникновения кулинарии.	2	1	1	анкетирование, тест
2	Столовый этикет.	4	2	2	наблюдение
3.	Режим питания и его значение.	6	4	2	наблюдение
4.	Пищевая ценность овощей. Основные виды первичной и тепловой обработки.	24	2	22	наблюдение
5.	Молоко и молочные продукты. Кисломолочные продукты.	10	1	9	тест наблюдение
6.	Крупы и макаронные изделия. Значение их в питании человека.	24	1	23	наблюдение
7.	Национальная кухня	12	2	10	наблюдение
8.	Хлеб и его значение. Бутерброды. Горячие напитки	10	1	9	наблюдение
9.	Виды теста. Продукты для приготовления теста.	26	2	24	наблюдение
10.	Холодные сладкие блюда. Питательная ценность	8	1	7	наблюдение
11.	Мясо, пищевая ценность мяса и блюда из него.	16	1	15	наблюдение
12.	Я - кулинар	2	-	2	Игра, тест
	Итого	144	19	125	

Содержание учебного (тематического) плана

Тема 1. История возникновения кулинарии.

Теория Этапы возникновения кулинарии в России. Традиционные кухни народов России. Ознакомление с организацией рабочего места для проведения кулинарных работ. Техника безопасности на занятии

Практика Игры на знакомство и адаптацию в группе. Входная диагностика.

Тема 2. Столовый этикет.

Теория. Понятие «столовый этикет». Правила столового этикета. Правила сервировки стола к завтраку, обеду, ужину и чаю. Назначение столовых приборов.

Практика: Сервировка стола.

Тема 3. Режим питания и его значение.

Теория Режим питания и его значение для здоровья школьника. Организация режима питания.

Практика: Составление режима дня и разработка меню одного дня.

Тема 4. Пищевая ценность овощей. Основные виды первичной и тепловой обработки.

Теория Понятие о пищевой ценности овощей. Виды овощей, используемых в кулинарии. Сохранность питательных веществ в овощах при кулинарной обработке. Назначение и правила первичной обработки овощей (сортировка, мойка, очистка, промывание, нарезка). Способы и формы нарезки. Кулинарное использование различных форм нарезки овощей. Приготовление блюд из сырых овощей. Виды салатов. Технология приготовления салатов из свежих овощей. Заправка овощных салатов. Оформление салатов. Подача к столу.

Практика

- 1) нарезка овощей для салатов, фигурная нарезка
- 2) приготовление салата из свежих овощей: огурцов и лука
- 3) приготовление салата из свежих овощей: морковь с чесноком
- 4) приготовление салата с использованием яиц: зеленый лук, редис и яйца

Тема 5. Молоко и молочные продукты. Кисломолочные продукты.

Теория Значение молока и молочных продуктов в питании человека. Кулинарное значение молока и молочных продуктов. Питательная ценность молока. Способы определения качества молока. Сроки хранения молока. Санитарно-гигиенические требования при приготовлении блюд из молока. Технология приготовления молочных супов и каш.

Практика

- 1) приготовление молочного супа с рисом
- 2) приготовление молочной жидкой каши - пшенной с изюмом
- 3) приготовление молочной лапши

Тема 6. Крупы и макаронные изделия. Значение в питании человека.

Теория 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.

Практика:

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

Тема 7. Национальная кухня.

Русская кухня – 4 ч.

Теория. История русской кухни. Технология приготовления пельменей. Технология приготовления пирогов.

Практика Приготовление пельменей. Приготовление пирогов.

Украинская кухня. – 4 ч.

Теория. История украинской кухни. Технология приготовления борща.

Технология приготовления вареников.

Практика Приготовление борща. Приготовление вареников

Итальянская кухня. – 4 ч.

Теория. История итальянской кухни. Технология приготовления пиццы. Технология приготовления итальянской пасты, соуса для итальянской пасты.

Практика. Приготовление пиццы. Приготовление итальянской пасты, соуса для итальянской пасты

Тема 8. Хлеб и его значение. Бутерброды. Горячие напитки.

Теория. Значение хлеба в питании человека.

Продукты, используемые для приготовления бутербродов. Способы обработки продуктов для приготовления бутербродов. Способы нарезки продуктов для бутербродов.

Виды бутербродов. Технология приготовления простых бутербродов. Подача их к столу.

Горячие напитки. Русский чай. Заваривание чая.

Практика:

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

Тема 9. Виды теста. Продукты для приготовления теста.

Теория 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 блинов и оладий. Технология выпечки блинов и оладий. Подача блинов к столу. Песочное тесто. Основные изделия из этого теста. Правила приготовления песочного теста. Дефекты приготовления, причины. Приготовление теста для печенья. Технология приготовления печенья.

Практика:

- 1) определение качества муки по цвету, запаху, вкусу и влажности
- 2) приготовление и выпечка блинов скороспелых
- 3) приготовление блинчиков с творогом
- 4) приготовление оладий с яблоками
- 5) приготовление песочного печенья «Мечта»
- 6) приготовление песочного печенья «золотистое».

Тема 10 Холодные сладкие блюда. Питательная ценность.

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

Практика:

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

Тема 11. Я кулинар 2 часа

Практика:

Проведение игровой программы «Я - кулинар». Проведение диагностики.

**Учебный (тематический) план
2 год обучения**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Организационное занятие.	3	1	2	Тест, беседа
2.	Хлеб. Сложные бутерброды. Травяной чай.	12	1	11	тест наблюдение
3.	Блюда из яиц. Использование яиц в кулинарии.	12	1	11	наблюдение
4.	Овощи. Виды тепловой обработки продуктов. Блюда из вареных овощей	30	1	29	наблюдение
5.	Молоко. Кисломолочные продукты. Использование их в кулинарии.	18	1	17	наблюдение
6.	Крупы и макароны. Использование их в кулинарии.	21	1	20	наблюдение
7.	Правила поведения за столом. Сервировка стола.	3	1	2	наблюдение
8.	Мясо. Блюда из жареного мяса	12	2	10	наблюдение
9.	Национальная кухня.	12	2	10	наблюдение
10.	Изделия из пресного, песочного, дрожжевого теста	48	2	46	наблюдение
11.	Горячие сладкие блюда. Десерты	12	1	11	наблюдение
12.	Пряничное тесто.	30	3	27	наблюдение
13.	Я - кулинар	3	1	2	Тест, защита проекта
	Итого	216	15	201	

Содержание учебного (тематического) плана

Тема 1. Организационное занятие

Теория Организация коллектива. Повторение правил техники безопасности.

Практика: Игры на знакомство. Проведение диагностики.

Тема 2. Хлеб. Сложные бутерброды. Травяной чай.

Теория: 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.

Практика:

- 1) приготовление сложных бутербродов;
 - бутерброд с сельдью, маслом и зеленью
 - закрытый бутерброд с сыром
 - гренки
- 2) приготовление травяного чая: мята, шиповник

Тема 3. Блюда из яиц. Использование яиц в кулинарии.

Теория Использование яиц в кулинарии. Технология приготовления фаршированных яиц. Виды омлетов. Приготовление омлета.

Практика:

- 1) приготовления фаршированных яиц с зеленью
- 2) приготовление омлета с зеленым луком.

Тема 4. Овощи. Виды тепловой обработки продуктов. Блюда из вареных овощей.

Теория Значение и виды тепловой обработки продуктов (варка, жаренье, тушение, запекание, припускание). Вспомогательные приемы тепловой обработки (пассирование, бланширование). Способы варки (в воде, на пару). Варка в различных жидкостях (воде, молоке и т. д.). Время варки овощей. Способы определения готовности. Охлаждение овощей после варки. Технология приготовления блюд из отварных овощей.

Практика:

- 1) приготовление салата из отварных овощей — винегрет
- 2) приготовление салата картофельного с луком
- 3) приготовление картофельных оладий
- 4) приготовление морковных котлет

Тема 5. Молоко. Кисломолочные продукты. Использование в кулинарии.

Теория Значение кисломолочных продуктов в питании человека. Ассортимент кисломолочных продуктов (простокваша, кефир, творог, сметана и т. д.) Технология приготовления творога из простокваши без подогрева и с подогревом. Способы удаления сыворотки. Ассортимент творожных изделий. Употребление творога в кулинарии. Технология приготовления блюд из творога.

Практика:

- 1) приготовление творога из простокваши
- 2) приготовление сырников

Тема 6. Крупы и макаронны. Использование в кулинарии.

Теория 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.

Практика

- 1) приготовление крупяных биточков

Тема 7. Правила поведения за столом.

Теория: Правила поведения за столом. Сервировка стола. Соблюдение этикета. Салфетка и способы ее складывания.

Практика:

сервировка стола к чаю.

складывание салфеток для сервировки стола

Тема 8. Мясо. Блюда из жареного мяса.

Теория: 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.

Практика:

1) приготовление борща на мясном бульоне

2) приготовление мясного блюда «азу»

3) приготовление ленивых голубцов

Тема 9. Национальная кухня.

Английская кухня. – 4 ч

Теория: История английской кухни. Технология приготовления кекса с цукатами и орехами. Технология приготовления запеканки из курицы в сливочном соусе.

Практика

Приготовление кекса с цукатами и орехами. Приготовление запеканки из курицы в сливочном соусе.

Немецкая кухня. – 4 ч.

Теория. История немецкой кухни. Технология приготовления булки с маком. Технология приготовления вишневого пирога.

Практика: Приготовление булки с маком. Приготовление вишневого пирога.

Французская кухня. – 4 ч.

Теория: История французской кухни. Технология приготовления французской булочки.

Практика: Приготовление французской булочки

Тема 10. Изделия из теста пресного, песочного, дрожжевого.

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

Практика:

1) приготовление домашней лапши

2) приготовление вареников

3) приготовление хвороста (пресное тесто)

4) приготовление торта «Крошка» (песочное тесто)

5) приготовление открытого пирога с яблоками

6) приготовление плюшек

7) блюда из черствого хлеба (пирожное «картошка»)

Тема 11. Горячие сладкие блюда. Десерты.

Теория Разновидность сладких блюд (горячие и холодные). Горячие сладкие блюда (пудинги, суфле, яблоки в тесте, сладкие каши). Сырьё для приготовления горячих сладких блюд. Первичная обработка сырья. Технология приготовления горячих сладких блюд.

Практика:

1) приготовление яблок в тесте

2) приготовление пудинга сухарного

Тема 12. Пряничное тесто.

Теория: Особенности замеса пряничного теста, его разновидности. Историческая справка о пряниках, формы для выпечки пряников. Подготовка продуктов для теста.

Практика:

- 1) приготовление пряника медового
- 2) пряника «Мятного»
- 3) пряник шоколадный
- 4) пряник «Детские забавы»
- 5) коврижка медовая.

Тема 13. Я - кулинар.

Теория: Подведение итогов работы за год.

Практика: Защита проектов. Тестирование.

2.4. Планируемые результаты

Планируемые результаты первого года обучения:

Метапредметные:

- умеет организовывать своё рабочее место;
- умеет выполнять работу, следуя алгоритму.

Личностные:

- уважительно относятся к труду людей;
- привиты навыки здорового питания.

Предметные:

В ходе освоения программы обучающиеся будут знать:

- основные традиции национальных кухонь народов России, Украины и Италии;
- правила столового этикета;
- правила сервировки стола к завтраку, обеду, ужину и чаю;
- назначение столовых приборов;
- составление режима дня и разработка меню одного дня;
- знать специальную терминологию по теме «Кулинария»;
- правила санитарии и гигиены при санитарной обработке продуктов, безопасные приемы работы с кухонным оборудованием, горячими жидкостями;
- виды бутербродов и горячих напитков;
- способы определения свежести яиц;
- виды овощей правила первичной обработки овощей;
- о кулинарном значении молока, способы определения качества молока
 - правила варки крупяных каш и макаронных изделий;
- понятие о пищевой ценности мяса, способы определения качества мяса, способы первичной обработки мяса, правила варки;
- способы определения качества муки, питательную ценность изделий из теста, виды разрыхлителей, виды теста;
- кулинарные свойства крахмала, приготовления киселя;

В ходе освоения программы обучающиеся будут уметь:

- готовить блюда по народным рецептурам;
- работать с кухонным оборудованием, определять качество продуктов (овощей, яиц, молока, мяса) и производить первичную обработку; работать с бытовыми электроприборами, мыть посуду, применять моющие средства.
- выполнять нарезку овощей
- готовить блюда из сырых овощей, яиц, молока, круп и макаронных изделий, мяса
- приготавливать тесто и выпекать блины, оладьи, печенье

Планируемые результаты второго года обучения:

Метапредметные:

- коммуникативные: владеют способами позитивного взаимодействия со сверстниками в группах;
- регулятивные: умеют выполнять задание в соответствии с поставленной целью; организовывать рабочее место;
- умею планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.

Личностные:

- уважают культуру и традиции народов мира;
- развиты такие качества, как трудолюбие и аккуратность.

Предметные:

В ходе освоения программы обучающиеся будут знать:

- основные традиции национальных кухонь народов России, Ближнего Зарубежья, Англии, Франции, Германии;

- санитарные требования к помещению кухни;
- знать специальную терминологию по теме «Кулинария»;
- правила оказания первой помощи при ожогах, поражении электрическим током;
- технологию приготовления сложных бутербродов, фаршированных яиц и омлетов;
- способы варки овощей, технологию приготовления блюд из вареных овощей;
- общие сведения о роли кисломолочных продуктов в питании человека об ассортименте кисломолочных продуктов, технологию приготовления блюд из творога;
- об использовании готовых каш и отварных макарон в дальнейшем приготовлении;
- способы жаренья мяса и разнообразие блюд из жареного мяса;
- технологию приготовления пресного теста для различных видов изделий, песочного теста для тортов, дрожжевого теста;
- виды сладких блюд, технологию приготовления горячих сладких блюд;
- общие сведения о значении фруктов и ягод,

В ходе освоения программы обучающиеся будут уметь:

- проводить уборку помещения кухни;
- оказывать первую помощь при ожогах, поражении электрическим током;
- готовить сложные бутерброды и травяной чай, блюда из вареных овощей, жареного мяса, горячие блюда из творога, биточки и запеканки из вязких молочных каш и макарон отварных;
- готовить изделия из пресного теста, сладкого и несладкого, из песочного теста - торты и пирожные из дрожжевого теста без подхода пироги и плюшки;
- сервировать стол, красиво украшать и правильно подавать блюда национальной кухни;
- владеть необходимыми в повседневной жизни базовыми приёмами ручного и механизированного труда.

3. Организационно – педагогические условия

3. 1. Календарный учебный график 1 год обучения

Режим организации занятий по данной программе определяется календарным учебным графиком. Занятия проводятся из расчета 1 академический час – 45 минут. Перемена 15 минут. В каникулярный период занятия проходят по расписанию.

№п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	36
2	Количество учебных дней	72
3	Количество часов в неделю	4
4	Количество часов в год	144
5	Недель в первом полугодии	16
6	Недель во втором полугодии	20
7	Начало занятий	4 сентября
8	Каникулы	-
9	Выходные дни	1-8 января, 23 февраля, 8 марта, 1 мая, 9 мая
10	Окончание учебного года	31 мая

Календарный учебный график 2 год обучения

№п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	36
2	Количество учебных дней	72
3	Количество часов в неделю	6
4	Количество часов в год	216
5	Недель в первом полугодии	16
6	Недель во втором полугодии	20
7	Начало занятий	5 сентября
8	Каникулы	-
9	Выходные дни	1-8 января, 23 февраля, 8 марта, 1 мая, 9 мая
10	Окончание учебного года	31 мая

3.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Для организации успешной работы необходимо иметь хорошо освещенное и оборудованное помещение (кабинет), в котором имеются столы и стулья в количестве 15 шт.; шкафы, кухонное оборудование (электрические плиты -2 шт, микроволновая печь, электрический миксер).

Необходимые инструменты и материалы:

- блендер
- венчик из стали или пластика
- дуршлаг
- кастрюли и сковороды (3-4 разных размеров)
- ложки для размешивания
- лопатка
- мерные стаканы
- миски для смешивания теста или
- ножи различных форм и размеров для фигурной нарезки, измельчения и чистки различных продуктов.
- подставки под горячее
- разделочные доски
- скалка
- терка из нержавеющей стали
- формы для выпечки

Рекомендуется иметь несколько прямоугольных форм размером около 22/12/7 см и 33/22/5 см, несколько круглых форм диаметром 20-25 см, две формы с квадратными или прямоугольными ячейками размером 4-6 см, квадратную форму размером 20/20/5 см, форму для рулетов размером 38/25/3 см и два листа размером 33/23см.

Кадровое обеспечение:

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, обладающим знаниями и умениями в области кулинарной индустрии

Методические материалы:

- разработки конспектов занятий;
- раздаточный материал;
- карточки с индивидуальными заданиями;
- пакет диагностических материалов для проведения мониторинга общеобразовательной общеразвивающей программы;
- разработка досуговых мероприятий в рамках реализации образовательной программы.

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как:

- словесные методы обучения (рассказ, беседа, побуждающий или подводящий диалог);
- наглядные методы обучения (наблюдение, картинки с оформленными блюдами);
- работа с книгой (чтение рецептов, технологических карт, получение нужной информации на определённую тему);
- практические (выполнение практической работы по приготовлению блюд)
- индуктивные и проблемно-поисковые (постановка проблемы и поиски ее решения)

Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала и при выполнении

практических работ. Этому способствуют совместные обсуждения технологии приготовления блюд, а также поощрение, создание положительной мотивации, актуализация интереса, выставки готовых блюд, портфолио.

Основными видами деятельности являются информационно-рецептивная, репродуктивная и творческая.

- Информационно-рецептивная деятельность обучающихся предусматривает освоение учебной информации через рассказ педагога, беседу, самостоятельную работу с литературой.

- Репродуктивная деятельность обучающихся направлена на овладение ими умениями и навыками через выполнение практических заданий.

- Творческая деятельность предполагает самостоятельную или почти самостоятельную практическую работу обучающихся.

- Взаимосвязь этих видов деятельности дает обучающимся возможность научиться приготовлению блюд и проявить свои творческие способности.

Педагогические технологии, применяемые на занятии:

- Личностно-ориентированного развивающего обучения;

- Технология группового обучения;

- Технология игровой деятельности;

- Здоровьесберегающие технологии.

Структура занятия

<i>№</i>	<i>Содержание этапов</i>	<i>Время мин. (примерное)</i>
1	Организационный этап. Мотивация к деятельности и положительный настрой	1
2	Этап постановки целей и задач занятия	2
3	Этап изучения новых знаний (закрепление материала) и способов деятельности	10
4	Физминутка	2
5	Практическая работа	26
6	Этап рефлексии	2
7	Заключительный этап	2

3.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Аттестация по данной программе не предусмотрена. Форма проверки достижений безоценочная.

Разработан мониторинг по общеобразовательной программе «Юный кулинар», на основании которого проверяется уровень освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы.

Входящий мониторинг проводится в начале учебного года (сентябрь) и направлен на изучение мотивации детей к занятиям кулинарией, выявление уровня развития обучающихся.

Формы входного мониторинга: анкетирование, тест

Промежуточный мониторинг проводится в течение всего процесса обучения по программе.

Цель промежуточного мониторинга: подведение промежуточных итогов образовательной деятельности, оценка успешности продвижения обучающихся; оценка успешности выбора технологии и методик, коррекция образовательного процесса.

Формы входного мониторинга: наблюдение, кроссворды, тесты.

Итоговый мониторинг проводится в конце обучения по программе.

Цель итогового мониторинга: выявление уровня достижений обучающихся в процессе освоения содержания программы.

Формы итогового мониторинга: тест, защита проекта.

Критерии оценки результатов освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный кулинар»

Критерии оценки уровня теоретической подготовки обучающихся:

- соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям;
- осмысленность и свобода использования специальной терминологии.

Критерии оценки уровня практической подготовки обучающихся:

-соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям;

- свобода владения специальным оборудованием и инструментами;
- качество выполнения практических заданий.

Критерии оценки уровня развития и воспитанности обучающихся:

-культура организации практической деятельности (организация рабочего места, бережное отношение к материалам и инструментам);

- аккуратность и ответственность при работе;
- владение навыками здорового питания;
- умение работать в коллективе.

4. Список литературы

Нормативная литература

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р)
3. Приказ Минтруда России от 05.05.2018 N 298н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых"
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Литература, использованная при составлении программ

1. Библия вкуса. Традиции. Эстетика. Мода. - М.: Эксмо, 2008. - 440 с.
2. Блюда из овощей, грибов и фруктов / ред. Н. Погожева. - М.: Лабиринт-Пресс, 2001. - 400 с.
3. Воронова О. Изысканный стол. Украшения и карвинг– М.,2010г.
4. Воробьева Л.И. Книга о вкусной и здоровой пище / Л.И. Воробьева. - М.: АСТ-Пресс СКД, 2005. - 400 с.
5. Вента М., Учебники «Технология» под ред. Симоненко 5-7 кл., 2001г.
6. Голованов А.Э. Разносолы деревенской кухни - М: Росаграпром-издат, 1989г.
7. Ермакова В.И. Кулинария.-М: Просвещение, 1983г.
8. Егорова А.И. Вкусные украшения для праздничного стола 2011г.
9. Рубинштейн С.А. Основы общей психологии. В.2 д.Т.П.- М.: Педагогика, 1989.-328 с.
10. Книга о вкусной и здоровой пище / ред. А.А. Покровский. - М.: Пищевая промышленность, 1984. - 384 с.
11. Кулинария / ред. А. Каганова. - М.: Госторгиздат, 1987. - 404 с.
12. Кулинарные рецепты / ред. И.К. Сиволап. - М.: Пищепромиздат, 2012. - 335 с
13. Обухова Л.Ф. Возрастная психология: Учебник. – М.: Педагогическое общество Россия, 2001.
14. Подласый И.П. Педагогика. Новый курс: Учебник для студ. пед. вузов: В 2 кн. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС,1999.
15. 101 рецепт французской кухни / ред. А.А. Золотов. - М.: Челябинск: Вариант-Книга, 1991. - 144 с.
16. Итальянская домашняя кухня. Книга Гастронома. - М.: Эксмо, 2009. - 256 с.

Список литературы для обучающихся (родителей)

1. Лыкова И.А. Готовлю с мамой. - М., 2008г.
2. Меню для маленьких гурманов (специальный выпуск газеты).-Екб, 2008г.
3. Усова Ю., Как украсить блюда.- М, 2005г
4. Штеле, А.Л. Рассказы о курином яйце / А.Л. Штеле. - М.: Колос, 1980. - 111 с.
5. Лопатина А., Скребцова М. Сказки о ягодах и грибах. Серия «Здоровое питание». - М., ИД «Комсомольская правда», 2013.
6. Лопатина А., Скребцова М. Фруктовые сказки. Серия «Здоровое питание». - М., ИД «Комсомольская правда», 2013.
7. Лопатина А., Скребцова М. Овощи целители. Серия «Здоровое питание». - М., ИД «Комсомольская правда», 2013.
8. Лопатина А., Скребцова М. Медовые сказки. Серия «Здоровое питание». - М., ИД «Комсомольская правда», 2013.
9. Лопатина А., Скребцова М. Сказки о чае и целебных травах. Серия «Здоровое питание». - М., ИД «Комсомольская правда», 2013.
10. Лопатина А., Скребцова М. Сказки о хлебе, злаках и каше. Серия «Здоровое питание». - М., ИД «Комсомольская правда», 2013.

11. Лопатина А., Скребцова М. Сказки об орехах и шоколаде. Серия «Здоровое питание». - М., ИД «Комсомольская правда», 2013.

**Мониторинг по дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Юный кулинар»**

Анкета на определение уровня мотивации обучающихся

Фамилия имя _____

Возраст _____

Дата заполнения _____

1. Знаешь ли ты чем занимаются в объединении?

- Да, знаю
- Немного
- Нет, не знаю

2. Умеешь ли ты уже что-то делать в этой области?

- Да, умею
- Немного
- Нет, не умею

3. Чего ты ожидаешь от обучения?

- Многому научиться
- Что-то свое
- Не знаю

4. Почему ты пришел именно в это объединение?

- Самому захотелось
- Родители посоветовали
- За компанию с другом

5. Что ты ждешь от этих занятий? Чему они помогут?

- Определиться с выбором профессии;
- С пользой проводить свободное время;
- Приобрести знания, которые пригодятся на уроках в школе;
- Свой вариант _____

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. Свежее яйцо в подсоленной воде:

- всплывает;
- опускается на дно.

6. Определите последовательность первичной обработки овощей: - промывание;

- сортировка;
- мойка; - нарезка;
- очистка.

7. Формы нарезки овощей:

- соломка;
- кольца;
- кубики;
- шарики; - треугольники.

8. Салат-это...

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

9. Чтобы предохранить молоко от скисания в домашних условиях, молоко:

- нагревают;
- кипятят;
- хранят в холодильнике.

10. Перед варкой крупы:

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

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

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

12. Определите последовательности первичной обработки рыбы:

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

13. Мороженое мясо следует оттаивать в:

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

14. К основным видам теста относится:

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

15. Свежая мука по вкусу будет:

- сладковатая;

- горьковатая;
 - безвкусная.
16. Разрыхлителями теста являются:
- сахар;
 - ванилин;
 - дрожжи;
 - маргарин;
 - сода.
17. Из пресного теста можно приготовить:
- блины;
 - пироги;
 - печенье;
 - оладьи.
18. К холодным сладким блюдам относится:
- чай;
 - кисель;
 - компот;
 - лимонад;
19. Удаление влаги из продуктов это:
- сушка;
 - замораживание.

Тест по теме «Молоко и молочные продукты. Кисломолочные продукты»

1. Каши подают к столу ...

Выберите один из 2 вариантов ответа:

- 1) горячими в глубоких тарелках
- 2) в мелких тарелках

2. Выполните сопоставление: в холодильнике при температуре 4–8 градусов можно хранить:

Укажите соответствие для всех 4 вариантов ответа:

- | | |
|-------------|---------------------|
| 1) 20 часов | ___ сметану |
| 2) 72 часа | ___ молоко |
| 3) 36 часов | ___ сливочное масло |
| 4) 10 дней | ___ творог |

3. Перечислите полезные свойства молока:

Выберите несколько из 6 вариантов ответа:

- 1) может вызывать сильнейшие аллергические реакции
- 2) с некоторыми продуктами не сочетается
- 3) влияет на развитие клеток в организме
- 4) укрепляет иммунитет
- 5) предотвращает развитие инфекций в организме
- 6) обладает бактерицидными свойствами.

4. Главным секретом красоты Клеопатры считают молочные ванны, которые были наполнены молоком молодых ...

Выберите один из 6 вариантов ответа:

- 1) буйволиц
- 2) коров
- 3) коз

- 4) ослиц
- 5) кобылиц
- 6) верблюдиц

5. Молоко, которое подвергалось нагреву до 145 градусов называется ...

Выберите один из 4 вариантов ответа:

- 1) Стерилизованным
- 2) Сухим
- 3) Сгущенным
- 4) Пастеризованным

6. Согласны ли вы с высказыванием:

В состав молока входят: белки, жиры, углеводы, молочный сахар, вода, витамины А, В, В2, РР, С, а также такие минеральные вещества, как кальций, фосфор и железо. *Выберите один из 2 вариантов ответа:*

-нет

-да

7. Молоко плохо усваивается в сочетании с

Выберите несколько из 8 вариантов ответа:

- 1) мясом
- 2) рыбой
- 3) некоторыми овощами
- 4) какао
- 5) яйцами
- 6) вареньем
- 7) сыром
- 8) хлебом

8. В пищу употребляют молоко:

Выберите несколько из 10 вариантов ответа:

- 1) верблюдиц
- 2) коров
- 3) кошек
- 4) овец
- 5) собак
- 6) ослиц
- 7) коз
- 8) буйволиц
- 9) самок оленей 1
- 10) кобылиц

9. Молоко, которое получено сразу после дойки и не успело остыть называют

Составьте слово из букв:

ОАНРЕП _____

10. Качественное молоко имеет:

Выберите несколько из 4 вариантов ответа:

- 1) специфический кислый запах
- 2) непрозрачный насыщенно белый цвет
- 3) свежий аромат без какой-либо кислоты
- 4) крупитчатую и тягучую консистенцию

Ответы:

- 1) (5 б.) Верные ответы: 2;
- 2) (4 б.) Верные ответы: 2; 1; 4; 3;
- 3) (5 б.) Верные ответы: 3; 4; 5; 6;
- 4) (5 б.) Верные ответы: 4;
- 5) (4 б.) Верные ответы: 1;
- 6) (3 б.) Верные ответы: 2;
- 7) (3 б.) Верные ответы: 1; 2; 3; 5; 7;
- 8) (3 б.) Верные ответы: 1; 2; 4; 6; 7; 8; 9; 10;
- 9) (4 б.) Верные ответы: "ПАРНОЕ".
- 10) (4 б.) Верные ответы: 2; 3;

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. Омлет-это...
 - яичная смесь;
 - яично-молочная смесь.
5. К тепловой обработке продуктов относится:
 - тушение;
 - варка;
 - кипячение;
 - жаренье; - нагревание.
6. Винегрет-это...
 - блюдо из овощей;
 - разновидность салата, но обязательно со свеклой.
7. К кисломолочным продуктам относится:
 - кефир;
 - молоко;
 - масло;
 - сыр;
 - творог.
8. Блюда из творога бывают:
 - горячие;
 - теплые;
 - холодные;
9. Для приготовления запеканок и биточков используют кашу:
 - вязкую;

- жидкую;
 - рассыпчатую.
10. Рыбу нельзя употребить в пищу, если у неё:
- неприятный запах;
 - мясо отделилось от костей;
 - жабры красного цвета; - жабры белого цвета.
11. При жарении рыбу панируют в:
- муке;
 - сухом молоке;
 - сухарях.
12. Мороженое мясо следует оттаивать в:
- закрытой кастрюле;
 - холодной воде; - теплой воде;
 - духовом шкафу.
13. Разрыхлителями теста являются: - сахар;
- ванилин;
 - дрожжи;
 - маргарин;
 - сода.
14. Песочное тесто используют для приготовления:
- печенья;
 - пирогов;
 - тортов;
 - пельменей;
 - оладий.
15. Дрожжевое тесто называют:
- кислым;
 - пресным;
 - сладким;
 - соленным.
16. Изделия из дрожжевого теста:
- пироги;
 - печенье;
 - зефир;
 - плюшки;
 - торты.
17. К горячим сладким блюдам относится:
- компот;
 - пудинг;
 - яблоки в тесте;
 - кофе;
 - сладкие каши.
18. Для заготовки продуктов применяются:
- сушка;
 - кипячение;
 - соление;
 - маринование;
 - нагревание.
19. Фрукты консервируют следующим образом:
- варенье;
 - компоты консервированные;
 - соление;
 - замораживание;
 - квашение.

Тест к Теме 2. Хлеб. Сложные бутерброды (2 год обучения)

Задание 1

Закуска, которая представляет собой ломтик хлеба или булки с каким-нибудь из закусочных продуктов, например, сыром, колбасой, ветчиной, икрой, мясом, рыбой, консервами, овощами, зеленью и другими продуктами - это ...

Запишите ответ: _____



Задание 2

Хлеб для закрытых бутербродов нарезают толщиной:

Выберите один из 4 вариантов ответа (подчеркни):

- 1) 1,5-2,5 см 2) 0,5-1 см 3) 1-1,5 см 4) 1-2 см

Задание 3

При подаче к столу бутерброды следует укладывать на блюде:

Выберите один из 3 вариантов ответа (подчеркни):

- 1) в 3 слоя 2) в 2 слоя 3) в 1 слой



Задание 4

Для приготовления открытого бутерброда ломтики хлеба нужно нарезать толщиной ...

Выберите один из 3 вариантов ответа:

- 1) 0,5-1 см 2) 1-1,5 см 3) 2-3 см

Задание 5

Готовые бутерброды могут храниться в холодильнике не более (в часах):

Выберите один из 5 вариантов ответа (подчеркни):

- 1) 1 2) 2 3) 3 4) 4 5) 5

Задание 6

К бутербродам не относится:

Выберите один из 3 вариантов ответа (подчеркни):

- 1) канапе 2) пирожное 3) сэндвич

Задание 7

По способу приготовления бутерброды классифицируются на:

Выберите несколько из 6 вариантов ответа (подчеркни):

1) слоеные2) открытые3) горячие4) закусовые5) холодные 6) закрытые



Задание 8

Для бутербродов канапе хлеб нарезают:

Выберите один из 3 вариантов ответа (подчеркните):

1) кубиками2) дольками3) ломтиками

Задание 9

Является ли бутербродом хлеб с маслом?

Выберите один из 2 вариантов ответа:

1) нет2) да

Задание 10

Сэндвич - это ... бутерброд.

Выберите один из 2 вариантов ответа:

1) закрытый2) открытый

Ответы:

1) (1 б.) Верный ответ: "бутерброд".

2) (1 б.) Верные ответы: 2;

3) (1 б.) Верные ответы: 3;

4) (1 б.) Верные ответы: 2;

5) (1 б.) Верные ответы: 3;

6) (1 б.) Верные ответы: 2;

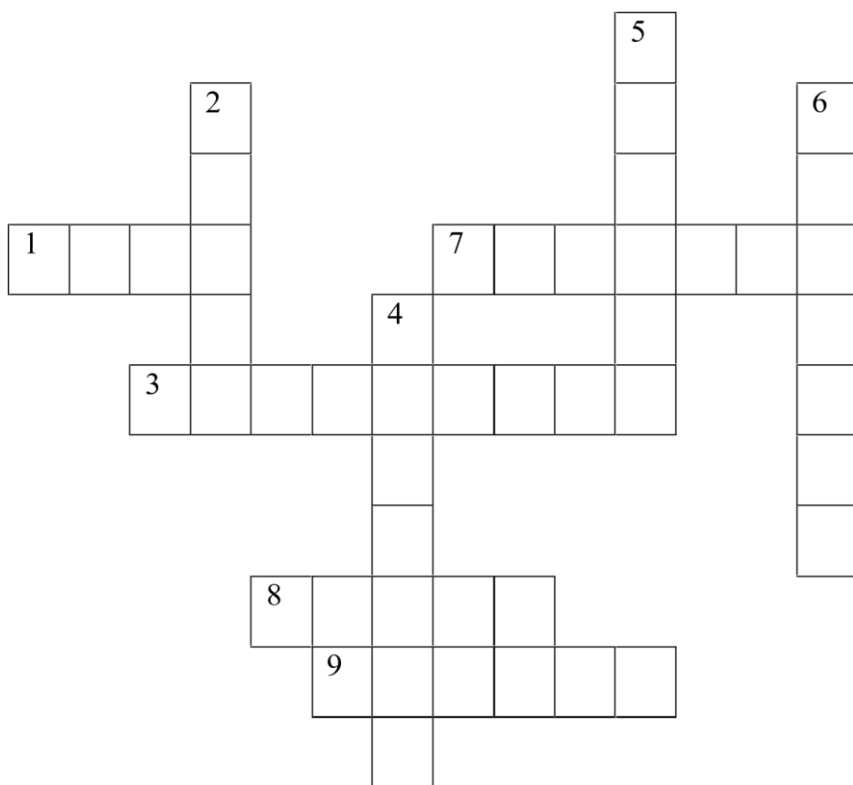
7) (1 б.) Верные ответы: 2; 4; 6;

8) (1 б.) Верные ответы: 3;

9) (1 б.) Верные ответы: 2;

10) (1 б.) Верные ответы: 1;

Кроссворды Кроссворд № 1.



По горизонтали:

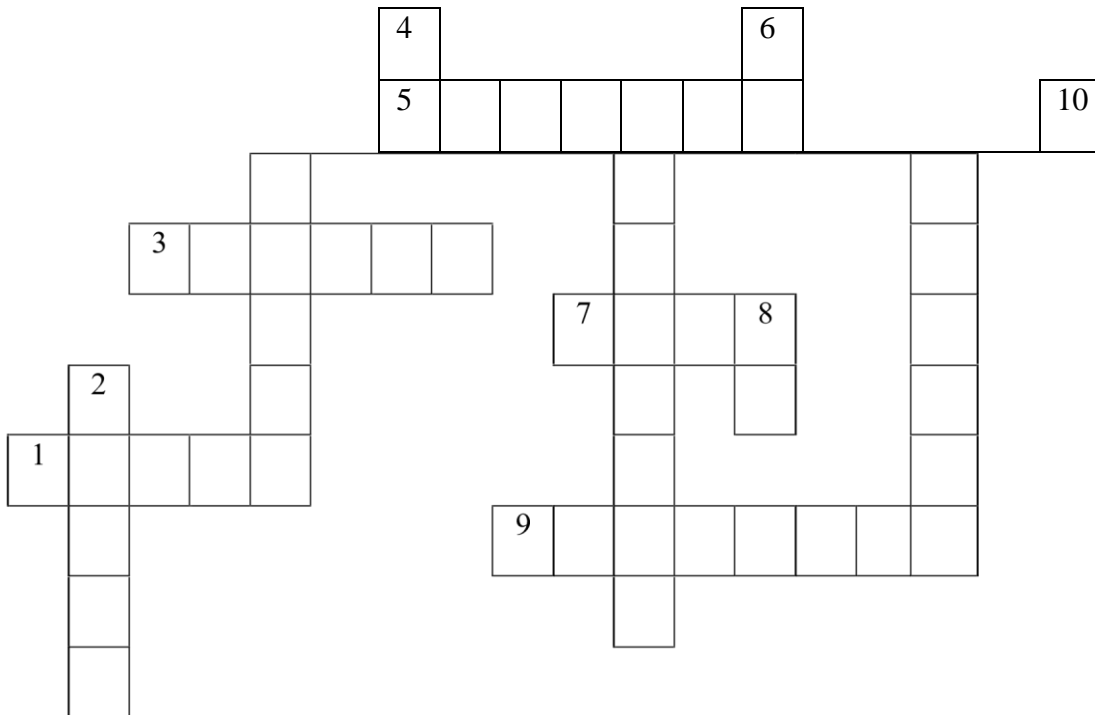
1. Блюдо из тушеных овощей.
3. Овощ - иногда его называют "вторым хлебом".
7. То, что приходит во время еды.
8. Плоды кустарников и некоторых деревьев.
9. Кисломолочный продукт, который можно приготовить в домашних условиях.

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.



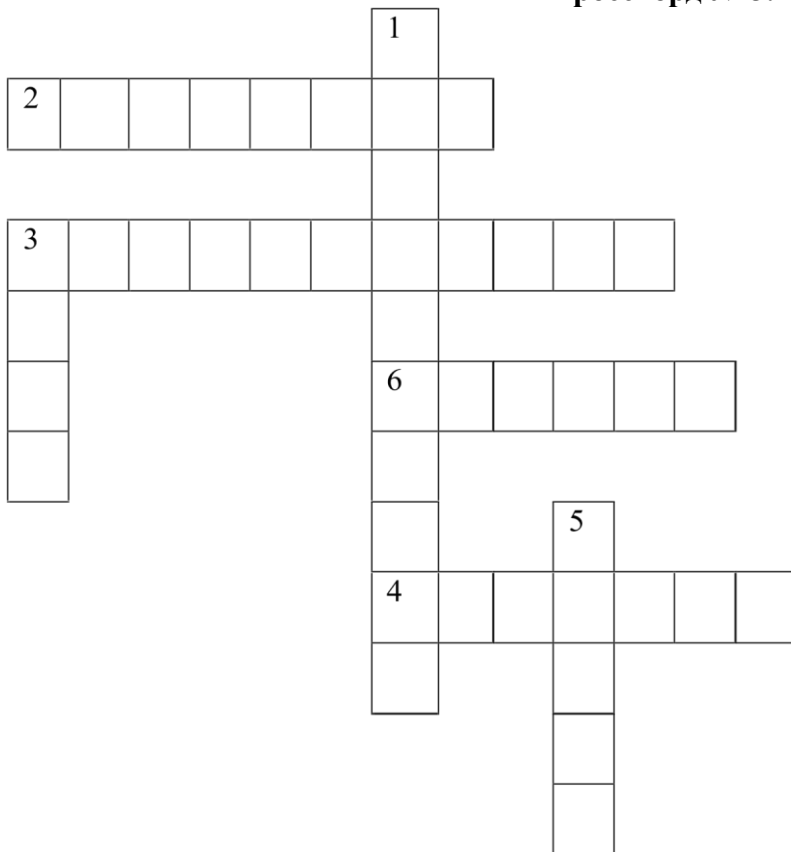
По горизонтали:

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, печенья, пряники и т.д.
3. Один из способов консервирования.
4. Единица измерения энергетической ценности продукта.
5. 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. | 5. Калорий. |
| 2. Кондитер. | 6. Повар. |
| 3. Меню. | 7. Рецепт |
| 4. Маринование. | |

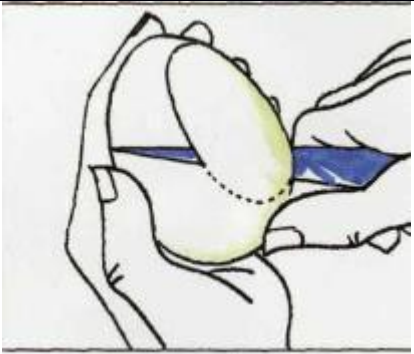

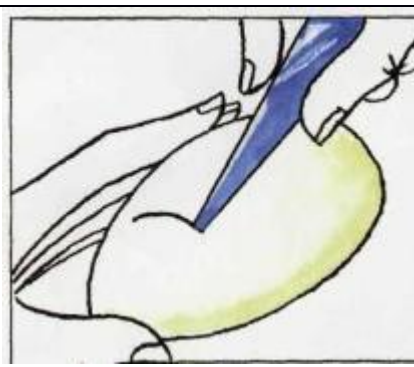
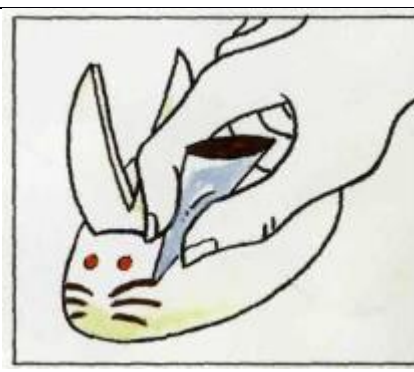
Технологические карты

Технологическая карта приготовления украшений из яиц

Нам потребуются:

1. Инструменты - нож, доска, кулинарный кулек, тарелка.
2. Продукты – яйца, отваренные вкрутую, зелень, гвоздика, перец горошком, томатная паста, подкрашенный майонез.

Зайчик

<p>1. Очистите сваренное вкрутую яйцо. Срежьте с его боковой стороны небольшой кусочек.</p>	
<p>2. Вырежьте из него ножом «ушки» в виде латинской буквы V.</p>	
<p>3. В самой узкой части яйца сделайте надрез, куда вставьте «ушки» зайчика.</p>	
<p>4. С помощью кулика нарисуйте томатной пастой глазки, и подкрашенным майонезом усики.</p> <p>Для глаз можно использовать перец горошком, для усов стебельки укропа или петрушки.</p>	

Технологическая карта приготовления украшений из яиц

Нам потребуются:

1. Инструменты - нож, доска, тарелка.
2. Продукты – яйца, отваренные вкрутую, зелень, лук-порей, зеленый горошек, помидор.

Лягушки

<p>1. Срежьте основание сваренного вкрутую яйца, а в верхней части сделайте небольшой вырез.</p>	
<p>2. Вставьте в него маленький кусочек помидора («язычок»). Вырежьте ножом углубления для «глаз».</p>	
<p>3. Укрепите в них две зеленых горошины. Из лука - порея сделайте лапки. (лапки можно сделать и из перчика.)</p>	
<p>4. В качестве дополнительного украшения, вырежьте, сваренное вкрутую яйцо зубцами, поставьте его на листья салата, и вы получите великолепную маленькую кувшинку.</p>	

Технологическая карта приготовления украшений из яиц

Нам потребуются:

1. Инструменты - нож, доска, круглая насадка для кулинарного шприца, тарелка.
2. Продукты – яйца, отваренные вкрутую, листья салата, помидор.

Маленький мухомор

<p>1. Обрежьте сваренное вкрутую яйцо с обеих сторон и нарежьте тонкими ломтиками.</p>	
<p>2. Насадкой для кулинарного шприца вырежьте из этих ломтиков маленькие кружочки. Отложите их в сторону: они послужат украшением шляпки мухомора.</p>	
<p>3. Разрежьте твердый, красный помидор на две неравные части. Та, что, побольше, станет шляпкой гриба.</p>	
<p>4. Сделайте в шляпке небольшую выемку и вставьте «ножку» гриба из яйца.</p>	
<p>5. С помощью ножа разместите на помидоре белые кружочки. Добавьте листья салата.</p>	

Технологическая карта приготовления украшений из яиц

Нам потребуются:

1. Инструменты - нож, доска, чайная ложка, тарелка.
2. Продукты – яйца, отваренные вкрутую, листья салата, апельсин, морковь, цуккини, перец цветной, гвоздика.

На птичьем дворе

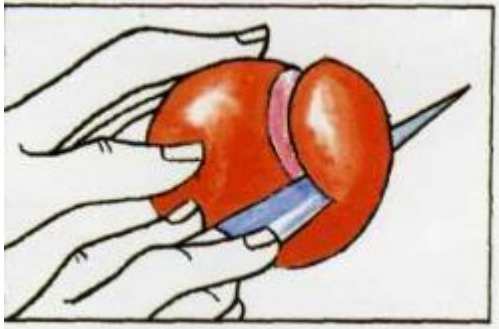
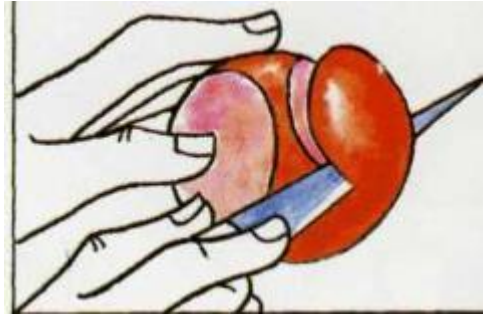
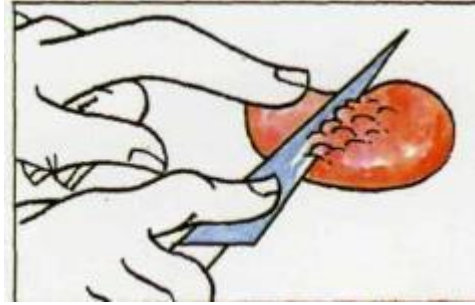
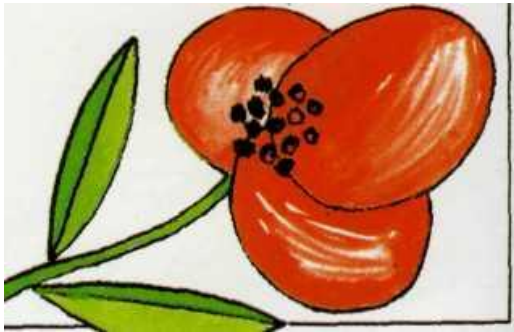
Гнездо.	
<p>1. Подготовьте гнездо удалив мякоть половины апельсина чайной ложкой и заполните корзиночку нарезанной тонкой соломкой кожурой цуккини.</p>	
Наседка.	
<p>1. Очистить сваренное вкрутую яйцо от скорлупы и поместить его в гнездо в горизонтальном положении. Вымыть морковку и обсушить, острым ножом вырезать по длине тонкую пластинку. Из нее вырезать два крыла, гребешок, клюви хвост, которые осторожно воткнуть в яйцо. Для глаз использовать 2 гвоздики.</p>	
Петушок.	
<p>1. Вырезать из пластинки моркови гребешок и клюв. Очистить сваренное вкрутую яйцо от скорлупы и ровно обрезать с одного (наиболее неровного) края, чтобы яйцо стояло вертикально. Вставить гребешок и клюв.</p> <p>2. Вырежьте из желтого перца крылья и хвост и прикрепите к яйцу. Цуккини и перцы, нарезанные мелкой соломкой, могут также служить для изготовления оригинальных и разноцветных хвостов.</p>	
Цыплята.	
<p>Выполняются так же, как наседка и петушок, но вместо куриных рекомендуется использовать перепелиные яйца.</p>	

Технологическая карта приготовления украшений из помидор

Нам потребуются:

1. Инструменты - нож, доска.
2. Продукты – помидоры, маслины, лук-порей или огурец, или зеленый перец.

Маки

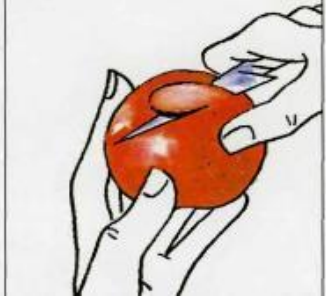

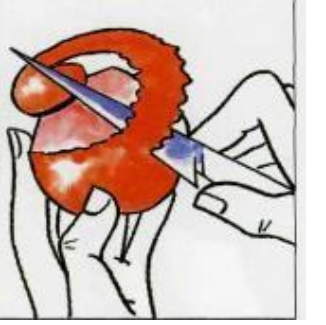


<p>1. Выберите красный твердый помидор. Помойте его и тщательно оботрите полотенцем. Острым ножом срежьте одну из его сторон.</p>	
<p>2. Сделайте еще два таких «лепестка», стараясь, чтобы они были одинаковыми по размеру, круглыми, с четкими ровными краями.</p>	
<p>3. осторожно соскребая лезвием ножа внутреннюю часть ломтиков помидора, удалите лишнюю мякоть и выверните лепестки.</p>	
<p>4. Соберите лепестки в цветок и добавьте в центр мелко нарубленные маслины. Выложите стебель и листики, вырезанные из лука-порея или огурца, или зеленого перца.</p>	

Технологическая карта приготовления украшений из помидор

Нам потребуются:

1. Инструменты - нож, доска.
2. Продукты – помидоры (или отварная свекла), лук-порей.

Алые розы

<p>1. Выберите красный твердый помидор. Помойте его и тщательно оботрите полотенцем. Острым ножом вырежьте маленький кружок – основание розы.</p>	
<p>2. Не отрезая его, продолжайте срезать острым ножом кожицу вокруг помидора.</p>	
<p>3. Чтобы края «лепестков» были волнистыми, нож должен двигаться в направлении назад-вперед.</p>	
<p>4. Из срезанной кожицы помидора начните аккуратно формировать цветок, начиная с внутренней части.</p>	
<p>5. Роза будет держаться на основании из маленького кружка. Из лука-порея вырежьте стебли и листья.</p>	

Технологическая карта приготовления украшений из лимона

Нам потребуются:

1. Инструменты - нож, доска.
2. Продукты – лимон, петрушка.

Бутон розы

<p>1. В месте прикрепления лимона к плодоножке вырежьте из кожуры небольшой кружок – основание бутона.</p>	
<p>2. Продолжайте чистить лимон движением ножа назад и вперед, стараясь не повредить кружок из кожуры.</p>	
<p>3. Продвигаясь справа налево (по часовой стрелке), закончите очистку лимона.</p>	
<p>4. Перевернув лимон вокруг своей оси, отведите кожуру в сторону последнего надреза.</p>	
<p>5. Сверните срезанную кожуру и укрепите на вырезанном в самом начале основании.</p>	

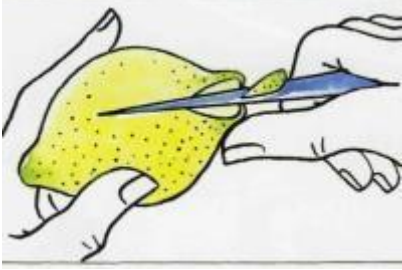

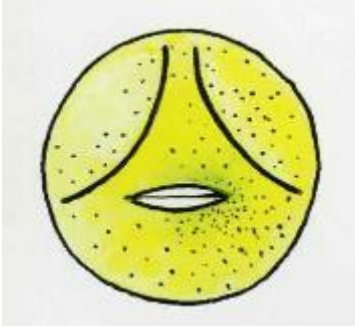

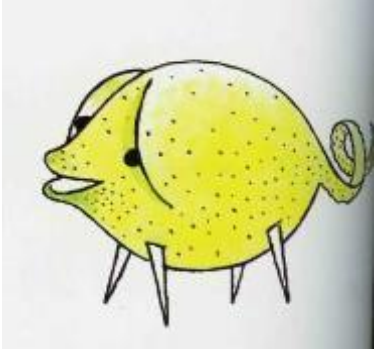
Технологическая карта приготовления украшений из лимона

Нам потребуются:

1. Инструменты - нож, доска.

2. Продукты – лимон, 2 горошины черного перца, 4 зубочистки.

Поросёнок

<p>1. Сделайте два косых надреза на одном конце круглого лимона и выньте вырезанную часть – получится рот поросёнка.</p>	
<p>2. Затем острым ножом сделайте два разреза сбоку.</p>	
<p>3. их необходимо слегка раздвинуть, чтобы вставить горошины черного перца.</p>	
<p>4. Чтобы сделать хвост на другом конце лимона вырежьте полоску кожуры, не отрезая её от лимона.</p>	
<p>5. Воткните зубочистки (ножки) - и ваш поросёнок готов.</p>	

Технологическая карта приготовления украшений из баклажана

Нам потребуются:

1. Инструменты - нож, доска, приспособления для удаления косточек.
2. Продукты – баклажан, морковь, жёлтый перец ,зубочистка.

Пингвин

1. Вымыть баклажан средней величины и обсушить. На конце, противоположном плодоножке, срезать пластинку для устойчивого вертикального положения. Начать с прорезывания зрачков в верхней части баклажана, для этого воткнуть и повернуть вокруг оси небольшого размера высечку U-образной формы. Острием ножа начертить глаз и осторожно срезать полукруг кожуры.



1. Для крыльев использовать нож с прямым лезвием: с двух боковых сторон снизу вверх надрезать часть кожуры в форме заостренного крыла. Затем острием ножа очертить живот пингвина и при помощи приспособления для удаления косточек прочертить пуговицы фрака. Осторожно и постепенно удалить кожуру вокруг пуговиц.



1. Куску моркови с одного конца придать коническую форму и сделать продольный надрез получится клюв. Вставить клюв в баклажан между глазами и животом.
2. Из перца желтого цвета сделать лапки (2 кусочка в форме капли) и прикрепить к нижней части с помощью булавок.
3. Плодоножка будет служить головным убором. При желании из верхней части перца можно вырезать сомбреро и закрепить его на голове зубочисткой.

