

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шебзухова Татьяна Александровна
Должность: Директор Пятигорского института (филиал) Северо-Кавказского
федерального университета
Дата подписания: 25.08.2023 12:49:31
Уникальный программный ключ:
d74ce93cd40e39275c3ba2f58486412a1c8ef96f

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Пятигорский институт (филиал) СКФУ

Методические указания
по выполнению лабораторных работ
по дисциплине «Технология и организация диетического питания»
направления подготовки
19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания,
направленность (профиль) Технология и организация ресторанного дела

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**
Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Пятигорск, 2022

Содержание

	Введение	С. 3
1.	Компетенции, формируемые при изучении дисциплины технология и организация диетического питания	3
2.	Дидактическая карта проведения лабораторных занятий	4
3.	Перечень лабораторных работ	5
4.	Методические рекомендации по организации и проведению лабораторных занятий	5
5.	Список рекомендуемой литературы	18
	Приложения	19

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Введение

В процессе изучения дисциплины студент должен:

- Изучить нормативную и технологическую документацию для производства блюд диетического питания; роль продуктов и блюд для лечения и профилактики заболеваний; влияние основных технологических процессов на качество блюд и изделий; специализированные продукты для диетического питания; изделия пониженной калорийности; вопросы малоотходной и безотходной технологии;
- методы контроля качества готовых блюд и изделий

Осуществлять технологический процесс производства продукции для диетического питания и оценивать влияние различных факторов на его ход и результаты; разрабатывать технологическую документацию на продукцию диетического питания (ТК, ТТК); использовать нормативную документацию для ведения технологического процесса; выбирать оптимальные способы обработки продуктов и приготовления блюд и изделий в диетическом питании; осуществлять контроль за качеством сырья, полуфабрикатов и готовой продукции; получать и обрабатывать информацию с использованием программного обеспечения; производить расчеты основных технологических процессов производства; внедрять малоотходную технологию; использовать современные технологии с целью улучшения качества, пищевой и биологической ценности блюд диетического питания; выбирать оптимальные режимы тепловой обработки при производстве блюд и изделий для диетического питания; разрабатывать рецептуры новых видов продукции, направленных на профилактику заболеваний и реабилитацию больных; составлять рационы питания в соответствии с заболеванием и рассчитывать их по основным пищевым веществам и энергетической ценности; производить оценку качества сырья, полуфабрикатов и готовой продукции.

Рассчитывать потребности сырья, составления рецептур блюд и рационов питания для диетического питания с использованием компьютерных технологий; проведением испытаний по определению показателей качества и безопасности сырья, полуфабрикатов и готовой продукции; рациональными способами эксплуатации оборудования; практическими навыками разработки

1. Компетенции, формируемые при изучении дисциплины технология и организация диетического питания

При выполнении лабораторных работ формируются компетенции и их части:

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
ПК-4 Способен определять и анализировать свойства сырья, полуфабрикатов и продовольственных товаров, влияющие на оптимизацию технологического процесса, качество и безопасность готовой продукции, эффективность и надежность процессов производства	ИД-1 _{ПК-4} Анализирует свойства, функции, классификацию и значение сырьевых компонентов, их изменения при технологической обработке, основные направления их использования при производстве пищевых продуктов для обеспечения	Анализирует технологические процессы производства продуктов питания на основе принципов повышения качества и безопасности пищевой продукции

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

	ИД-2 _{ПК-4} Организует выбор, применяет методы и средства измерений, испытаний и контроля для исследования качества, безопасности сырья и готовой продукции	Применяет методы и средства измерений, испытаний и контроля для исследования качества, безопасности сырья и готовой продукции
	ИД-3 _{ПК-4} Разрабатывает мероприятия по совершенствованию системы контроля качества и оптимизации технологических процессов производства продуктов питания	Оптимизирует технологические процессы производства продуктов питания на основе принципов повышения качества и безопасности, используя профессиональные знания инженерных процессов и правила эксплуатации современного технологического оборудования и приборов
ПК-5 Способен применять специализированные и профессиональные знания, в том числе инновационные, в области технологии производства продуктов питания, определять направления развития технологии пищевых производств, повышения качества и безопасности готовой продукции	ИД-1 _{ПК-5} Осуществляет контроль качества, безопасности сырья и готовой продукции с использованием нормативной документации, основных и прикладных методов исследований	Контролирует качество и безопасность продукции общественного питания, используя профессиональные знания инженерных процессов и правила эксплуатации современного технологического оборудования и приборов
	ИД-2 _{ПК-5} Организует технологический процесс производства продуктов питания массового изготовления и специализированных пищевых продуктов с применением современного технологического оборудования, традиционных и новых видов сырья	Организует технологические процессы производства продуктов питания на основе принципов повышения качества и безопасности, используя профессиональные знания инженерных процессов и правила эксплуатации современного технологического оборудования и приборов
	ИД-3 _{ПК-5} Выявляет объекты для улучшения технологии пищевых производств с учетом прогрессивных методов эксплуатации оборудования, принципов управления качеством, безопасностью и прослеживаемостью производства, основ физиологии пищеварения и обмена веществ, современных концепций питания	Оптимизирует технологические процессы производства продуктов питания для повышения качества и безопасности, используя профессиональные знания инженерных процессов и правила эксплуатации современного технологического оборудования и приборов

2. Дидактическая карта проведения лабораторных занятий

Лабораторные работы проводятся в 7 семестре

Лабораторные работы выполняются по приведенному в разделе 3 «Перечню лабораторных работ». Продолжительность лабораторной работы – 3 астрономических часа.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

2.1 Дидактическая карта проведения лабораторных занятий

Основные этапы	Затраты	Краткое содержание учебного	Метод обучения
----------------	---------	-----------------------------	----------------

занятия	времени мин	материала	
Организационный этап	2	Проверка посещаемости	
Постановочные задачи	5	Тема лабораторной работы, формулировка цели, постановка задачи при изучении темы, ответы на вопросы студентов	Планировочный
Контроль знаний	5	Повторение материала, раскрытие сущности занятия, используя дополнительные материалы (ТУ, справочники, сборники рецептов)	Устный отчет студентов Собеседование
Расчетно-аналитическая часть	8	Решение задач по теме, разбор ситуационных задач и проблемных вопросов. Работа с нормативной, технической и технологической документацией по теме занятия	Аналитический объяснительный
Практическая часть Индивидуальная работа студентов	100	Приготовление блюд и изделий по утвержденному "Перечню". Оформление и отпуск блюд.	Учебно-исследовательский
Бракераж	10	Органолептическая оценка качества по 5-бальной системе, расчет средней оценки качества блюд и изделий	Объяснительный, расчетный
Заключительный этап занятия	5	Обобщение и анализ результатов занятия, прием письменных отчетов. Определение домашнего задания на следующее занятие. Санитарная уборка лаборатории	Отчет письменный Репродуктивный
Итого:	135		

3 Перечень лабораторных работ

№ п/п	Наименование тем лабораторных работ, перечень блюд и изделий	Кол-во часов	Номер рецептуры по сборнику
Тема Особенности технологии приготовления блюд в диетическом питании			
1.	Холодные блюда и закуски: - салат из свеклы, яблок с растительным маслом - икра морковная - рыбный паштет - сыр мясной - чай без сахара	3	 40 62 73 79 651
2.	Блюда из овощей: - суфле из картофеля и моркови со сметаной - пудинг из тыквы и яблок с творогом - зразы картофельные с овощами (запеченные) со сметаной - соусом - чай без сахара	3	 180 195 230 216,540 651
Итого:		6	

Сертификат:

12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец:

Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

4 Методические рекомендации по организации и проведению лабораторных занятий

Лабораторные работы по технологии и организации диетического питания предусмотрены учебным планом в 7 семестре. Занятия проводятся в специальной технологической лаборатории кафедры технологии продуктов питания и товароведения.

Лабораторные работы способствуют закреплению теоретических знаний студентов и овладению практических навыков в приготовлении диетических блюд, освоению особенностей технологии приготовления блюд в диетическом питании, оформления и отпуска блюд и кулинарных изделий. Студенты проводят органолептический анализ блюд и изделий.

Лабораторные работы являются важным средством подготовки студентов к преддипломной практике и выполнению ВКР.

Основанием для проведения лабораторных занятий являются:

Образовательная программа, учебный план, рабочая программа, утвержденные перечни лабораторных работ.

4.1 ЛАБОРАТОРНАЯ РАБОТА №1

Тема: **Технология приготовления холодных блюд и закусок**

Цель работы: Изучить и практически освоить технологию приготовления холодных блюд и закусок для диетического и лечебно-профилактического питания, правила оформления и подачи, требования к качеству.
Провести органолептическую оценку блюд.

Подготовка к занятиям

Студенты самостоятельно изучают теоретический материал по теме, составляют технико-технологические карты и алгоритм приготовления блюд, изучают требования к качеству, правила оформления и подачи, сроки хранения холодных блюд и закусок.

Теоретическая часть

Основное назначение холодных блюд - возбуждение аппетита, важную роль при этом играет внешний вид блюда. Холодные блюда обычно подают в начале приема пищи. В этом случае их называют закусками, последние играют роль возбудителей аппетита и дополняют состав основных блюд. Холодные блюда, в отличие от закусок, могут служить и основным блюдом на завтрак и ужин.

Холодные блюда и закуски являются источниками минеральных солей (макро- и микро элементов), витаминов и других биологически активных веществ.

В рецептуру многих закусок входят растительное масло или соусы и заправки к ним, поэтому такие закуски являются источником ненасыщенных жирных кислот.

При приготовлении холодных блюд и закусок необходимо строгое соблюдение санитарно-гигиенических требований к технологии, хранению и реализации готовых изделий, оборудованию и содержанию холодных цехов. Особенно это относится к продуктам, вводимым в блюда без тепловой обработки.

По санитарным правилам овощи и фрукты обрабатываются раствором соли или лимонной кислоты. При обработке сырых и вареных продуктов выделяются

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

количество ручных операций и избегать контакта пищи с руками. Дозировать закуски следует с помощью специального инвентаря.

Не рекомендуется соединять теплые и холодные продукты, что приводит к ухудшению их вкуса и быстрой порче. Заправлять блюда сметаной, растительным маслом необходимо непосредственно перед подачей.

Для подачи холодных закусок и блюд в санаториях и профилакториях используют специальную посуду: керамические блюда и вазы, селечницы, салатники, розетки, креманки, закусочные тарелки.

Большое внимание уделяется оформлению холодных блюд и закусок. Для придания закускам привлекательного вида используют различные декоративные элементы из свежих овощей и фруктов. Овощи нарезают в виде звездочек, спиралей, ромбиков. Оформление блюд не должно быть чрезвычайно сложным и трудоемким. Облегчает оформление использование выемок, формочек, специальных ножей и другого инвентаря. В готовом блюде продукты должны хорошо сочетаться по форме и цвету.

Закуски можно подавать и в горячем виде (горячие закуски), готовятся они более острыми, чем основные блюда, подаются без гарнира в специальной посуде – порционных сковородах, кроншелях, кокотницах, кокильницах.

В группу холодных блюд и закусок входят бутерброды, закуски из гастрономических продуктов, салаты и винегреты, закуски из рыбы и нерыбных морепродуктов, мяса, яиц, творога, грибов и других продуктов.

Салаты из сырых овощей и плодов готовят из свежих, квашеных, соленых овощей, а также фруктов и ягод. После механической обработки сырые овощи и плоды нарезают, смешивают и заправляют перед самой подачей растительным маслом, сметаной, виноградным уксусом или 2 %-ным раствором лимонной кислоты или лимонным соком. Норма расхода соли на 1 блюдо при заболеваниях желудка, печени, диабете составляет 0,5-0,6г, при заболеваниях почек, сердечно-сосудистых заболеваниях, ожирении - 0,2-0,3г соли. Для оформления блюд можно использовать зелень петрушки или укропа по 2-3г на порцию, салат или лук зеленый – 5-10г.

Ассортимент салатов из свежих овощей: салат зеленый с огурцами; салат из белокочанной капусты, помидоров и огурцов; салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками; салат из белокочанной капусты со свеклой и морковью; салат из квашеной капусты с яблоками; салат из моркови с медом. Фруктовые салаты готовят из свежих яблок, груш, абрикосов, слив, персиков, заправляют сметаной, сливками или сахарной пудрой. Салаты из арбузов; дынь, слив и зеленого салата заправляют сметаной и фруктовым соком; добавляют отварную курагу или чернослив.

Салаты и винегреты из отварных овощей готовят по традиционной технологии, однако предпочтительнее тепловая обработка уже очищенных и нарезанных овощей. Рекомендуется припускание или варка на пару, так как при этом лучше сохраняются ценные пищевые вещества. Салаты готовят с мясом, рыбой, птицей, которые отваривают, охлаждают, нарезают тонкими ломтиками или мелкими кубиками. Солят с учетом соли, вводимой при варке овощей (0,8-1г на порцию). При заболеваниях почек и сердечно-сосудистых заболеваниях салаты готовят без соли; при диабете сахар заменяют ксилитом, а картофель - другими овощами.

Салаты из отварных овощей можно готовить и оформлять различными способами:

1 способ – (перемешанный салат). Составные части салата нарезают, смешивают, заправляют соусом или частью его, укладывают в посуду горкой.

2 способ – салат залитый соусом. Нарезанные продукты кладут в салатник или на блюдо. Составные части салата можно класть слоями, разноцветными группами. Салат заливают соусом не перемешивая.

3 способ – салат оформленный. Составные части салата нарезают, заправляют и кладут горкой. На горку ставят салатные украшения: кусочки из мяса, рыбы, птицы, яиц, помидоров, зелени и других частей салата. Остальные продукты

аккуратно помещают вокруг горки букетами. Перед отпуском овощи, уложенные вокруг горки поливают заправкой или соусом.

4 способ – неперемешанный салат. Составные части салата раскладывают отдельно в разные тарелки или на одно блюдо отдельными группами. Соус или несколько видов соусов подают на стол отдельно от салата.

Кроме того, существует еще несколько способов подачи салатов небольшими порциями: на листе листового салата, на ломтике белого хлеба, на бутерброде, на ломтике колбасы, в виде начинки в овощах (огурце, помидоре, красном перце, в корзиночке из белого хлеба или песочного, слоеного и сдобного теста.)

Наиболее распространенные 1 и 3 способа приготовления и оформления салатов.

При изготовлении салатов и винегретов необходимо соблюдать основные правила:

- продукты, используемые для приготовления салатов и винегретов, должны быть предварительно охлаждены до T от $+8$ до $+10^{\circ}\text{C}$, нельзя соединять теплые продукты с холодными, это вызывает быструю порчу салата;

- продукты, входящие в салат, следует правильно нарезать, соблюдая при этом установленную форму нарезки;

- каждый вид подготовленных продуктов для изготовления салатов допускается хранить на холоде не более 12 часов;

- овощные наборы для салатов и винегретов из вареных овощей можно подготавливать заранее и хранить в охлаждаемом шкафу;

- заправлять салаты и винегреты следует непосредственно перед подачей, чтобы вкус и их внешний вид не ухудшались;

- перемешивать продукты следует осторожно, чтобы они не мялись и не крошились;

Для заправки салатов используют сметану, салатные заправки (острые, пряные, кисло-сладкие), простоквашу, растительное масло. Фруктовые салаты заправляют сметаной или сахарной пудрой, сметаной с фруктовым или ягодным соком, йогуртом и др.

Винегреты являются разновидностью салатов. Различают винегреты овощные, мясные, рыбные, грибные.

К закускам и блюдам из овощей относятся фаршированные овощи, овощные пюре, овощи, тушеные в растительном масле, холодное овощное рагу, овощная икра и другие овощные блюда.

Закуски и блюда из мясных продуктов готовят из продуктов мясной гастрономии: вареной колбасы, отварной говядины, телятины, нежирной свинины, субпродуктов.

Закуски и холодные блюда из рыбы и морепродуктов готовят из рыбной гастрономии (икры, сельди), отварной или жареной рыбы нежирных сортов, нерыбных морепродуктов.

Для оформления холодных блюд и закусок в основном используются те же продукты, из которых их готовят, но выбирают для этого экземпляры наиболее удобные по форме, с яркими приятными окрасками: свежие помидоры, красный редис, морковь, зеленый салат, зеленые бобы, горошек, листики петрушки, сельдерея и т.д.

Требования к подаче и хранению холодных блюд и закусок:

- подготовленные продукты для оформления салатов хранят на холоде не более 1-2ч,

- срок хранения заправленных салатов из вареных овощей – 30мин, из сырых – 15мин.

- температура блюд при подаче должна быть не менее 14°C .

Практическая часть

Приготовить:

- рыбный паштет – 73;

- салат из свеклы, яблок с растительным маслом – 40;

- сыр мясной – 79

- чай без сахара (для проведения органолептической оценки).

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: - Шебзухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

процедуры тепловой обработки рыбы и мяса;
- потери при тепловой обработке рыбы и мяса;

- массу готовых блюд.

Инструменты, инвентарь, посуда

Кастрюли емкостью 1л, 2л, 3л; мясорубка, шумовка, ножи поварские (тройка), доски разделочные, сито, лопатки деревянные, дуршлаг, марля, мелкие столовые тарелки, салатники.

Порядок выполнения работы

1. Дежурной бригаде получить продукты у лаборанта и распределить всем бригадам.
2. Обработать мясо, нарезать и сварить.
3. Обработать свеклу, сварить в кожуре, очистить и нарезать соломкой.
4. Морковь нарезать кубиками и припустить.
5. У яблок удалить семенное гнездо, нарезать тонкими ломтиками.
6. Сварить вязкую рисовую кашу.
7. Обработать рыбу, разделить на филе с кожей без костей и отварить.
8. Вареную рыбу и припущенную морковь измельчить 2 раза на мясорубке, добавить сливочное масло, перемешать и сформовать в виде батона, оформить рыбный паштет сливочным маслом.
9. Нарезанную свеклу и яблоки соединить, добавить сахар и полить сметаной.
10. Вареное мясо и вязкую рисовую кашу измельчить 2-3 раза на мясорубке, смешать со сливочным маслом, выбить, сформовать сыр мясной в виде батона, охладить.
11. Вскипятить воду, заварить чай.
12. Подготовить посуду для подачи блюд.
13. Оформить блюда для дегустации.
14. Провести органолептическую оценку блюд.
15. Оформить и сдать работу.
16. Составить ТТК на блюда следующего занятия.
17. Ответить на вопросы для самостоятельной подготовки.

Технологические карты блюд

Технологическая карта

Наименование блюда: «Рыбный паштет» Рецепт № 73

Наименование продуктов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Минтай	1728	864*
или ледяная рыба	1823	875
или налим морской	1262	921
<i>Масса отварной рыбы</i>	-	700
Морковь	176	141/130 ¹
Масло сливочное	220	220
Выход	-	1000

¹В числителе указана масса нетто, в знаменателе – масса припущенной моркови

Технология приготовления

Подготовленное филе рыбы с кожей без костей отваривают. Морковь нарезают кубиками или дольками и припускают со сливочным маслом (5г на 1000 г выхода) до готовности. Затем рыбу и морковь дважды измельчают на мясорубке (решетки с отверстиями 5 и 3 мм), добавляют оставшееся размягченное масло и тщательно вымешивают, формируют в виде батона и оформляют сливочным маслом.

Паштет из рыбы, оформлен сливочным маслом по 30-100 г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Внешний вид: форма батона, оформлен сливочным маслом.

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Консистенция: сочная, мягкая.
 Цвет: желтый.
 Вкус: рыбы и моркови.
 Запах: рыбы, приятный.

Технологическая карта

Наименование блюда: «Салат из свеклы, яблок с растительным маслом» Рецепт №40

Наименование продуктов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Свекла	843	674/640 ¹
Яблоки свежие	227	200
Сахар ²	20	20
Сметана	150	150
Выход	-	1000

¹ В числителе указана масса нетто, в знаменателе – масса отварной свеклы

² При диабете и ожирении можно готовить без сахара, увеличив массу нетто яблок или заменить сахар на ксилит

Технология приготовления

Очищенную отварную свеклу нарезают соломкой. Яблоки после удаления семенного гнезда нарезают тонкими ломтиками. Свеклу соединяют с яблоками, добавляют сахар и перемешивают.

При отпуске поливают сметаной.

Требования к качеству

Внешний вид: свекла и яблоки нарезаны соломкой.
 Консистенция: свеклы – мягкая.
 Цвет: от розового до красного.
 Вкус: свойственный отварной свекле и яблок.
 Запах: свеклы и яблок.

Технологическая карта

Наименование блюда: «Сыр мясной» Рецепт № 79

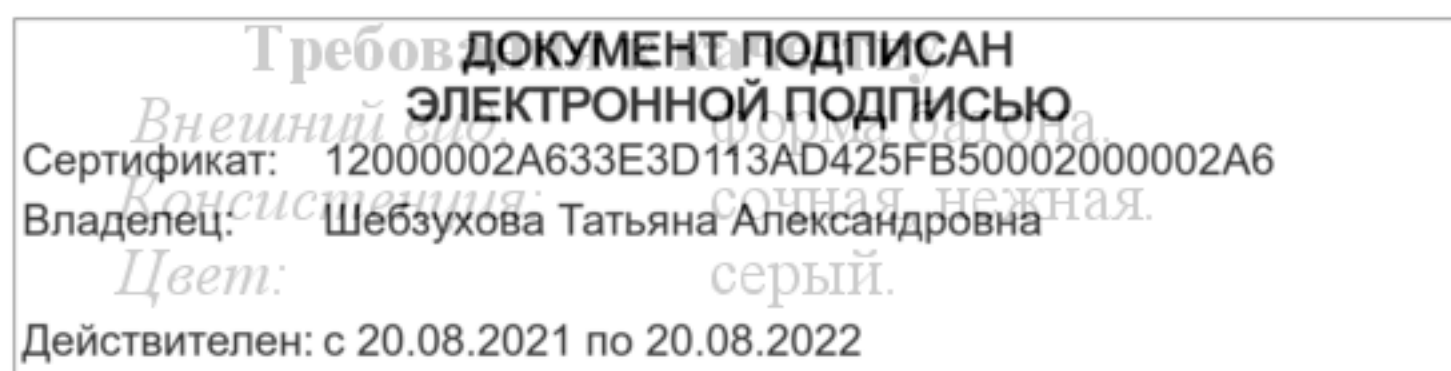
Наименование продуктов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Говядина (боковой, наружный куски тазобедренной части, лопаточная, подлопаточная, грудная части, покрывка от говядины 1 категории))	959	706/438 ¹
Крупа рисовая	81	81
<i>Масса вязкой каши</i>	-	365
Масло сливочное	250	250
Выход	-	1000

¹ В числителе указана масса нетто, в знаменателе – масса отварной говядины

Технология приготовления

Отварное мясо вместе с вязкой рисовой кашей измельчают 2-3 раза на мясорубке (решетки с отверстиями 5 и 3 мм). Полученную массу смешивают с размягченным сливочным маслом, выбивают, формируют в виде батона и охлаждают.

Мясной сыр отпускают порциями по 30-100 г.



Вкус: отварного мяса.
Запах: отварного мяса.

Вопросы для самостоятельной подготовки

1. Чем отличаются холодные закуски от холодных блюд?
2. Способы приготовления салатов.
3. Как лучше варить овощи для салатов и винегретов?
4. Ассортимент винегретов. Как следует поступать при приготовлении винегрета, чтобы свекла не окрашивала входящие в состав винегрета продукты?
5. Способы приготовления салата из свежей капусты.
6. Санитарные требования к подготовке овощей и фруктов, используемых для холодных блюд без тепловой обработки.
7. Чем заправляют салаты и винегреты?
8. При каких заболеваниях рекомендуют сыр мясной?
9. Как оформляют холодные блюда и закуски?
10. Какую посуду используют для подачи холодных блюд и закусок?
11. Сроки хранения салатов из сырых и вареных овощей
12. Какова температура подачи холодных блюд и закусок?

4.2 ЛАБОРАТОРНАЯ РАБОТА №2

Тема: **Технология приготовления блюд из овощей**

Цель работы: Изучить и практически освоить технологию приготовления блюд из овощей для диетического и лечебно-профилактического питания, правила подачи, требования к качеству. Провести органолептическую оценку блюд из овощей.

Подготовка к занятиям

Студенты самостоятельно изучают теоретический материал по теме, составляют технико-технологические карты и алгоритм приготовления блюд, изучают требования к качеству, правила подачи, нормы отпуска, сроки хранения блюд.

Теоретическая часть

Овощи широко применяются при изготовлении блюд для диетического и лечебно-профилактического питания для всех основных диет, кроме того они играют очень большую роль в питании людей, страдающих гипертонической болезнью, воспалительными заболеваниями и болезнями сердца, сопровождающиеся отеками, т.к. содержат много солей калия при сравнительно невысоком содержании натрия. Овощи являются источником простых и сложных углеводов, витаминов С, Р, группы В, каротина, минеральных веществ, растительных пищевых волокон. Овощи обладают хорошими вкусовыми качествами, способствует секреции пищеварительных желез. Некоторые овощи – лук, редис, редька, чеснок, петрушка, укроп, сельдерей содержат эфирные масла, придающие им специфический аромат и вкус. Эфирные масла оказывают дезинфицирующее и антисептическое действие, повышают отделение пищеварительных соков, усиливают выделение слизи в бронхах, в небольшом количестве увеличивают выделение мочи, а в больших количествах оказывают раздражающее действие на печень и желудочно-кишечный тракт, в связи с чем могут способствовать ухудшению течения некоторых заболеваний. Поэтому овощи, богатые

эфирными маслами, противопоказаны при заболеваниях желудка и двенадцатиперстной кишки, хроническими заболеваниями кишечника, печени, желчевыводящих путей, гастритами в стадии обострения. Однако эфирные масла легко улетучиваются при варке, бланшировании, припускании в воде, поэтому

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

небольшие количества репчатого лука (10-15 г) допускаются при приготовлении мясных и овощных бульонов, а также в ряде случаев при приготовлении вторых блюд после предварительной их варки (бланширования) или припускания.

Блюда из овощей готовят в сыром, отварном, припущенном, тушеном, запеченном и жареном виде. Для улучшения вкусовых качеств, внешнего вида, обогащения витаминами при отпуске овощи можно посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа 2-3 г на порцию. При заболеваниях почек, сердечно-сосудистой системы, ожирении блюда готовят без соли. При ожирении и диабете сахар заменяют ксилитом или сорбитом.

Блюда из отварных и припущенных овощей

Отварные и припущенные овощи используют как гарнир, самостоятельное блюдо или как полуфабрикат для овощных блюд.

При варке картофель и овощи кладут в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л воды на 1 кг овощей). Вода должна покрывать овощи на 10-15 мм. Соль используют из расчета 10 г на 1 л воды (кроме бессолевых диет). Овощи варят очищенными и неочищенными. Картофель и морковь варят очищенными, свеклу – в кожуре, белокочанную капусту – нарезанную дольками, цветную – разобранную на соцветия, брюссельскую – разобранную на кочанчики. Картофель и морковь лучше варить на пару, при этом пищевая ценность и вкусовые качества продукта сохраняются лучше. Свеклу, морковь и горох лущеный варят без соли, так как она ухудшает их вкусовые качества и замедляет процесс варки.

Овощи, имеющие зеленую окраску (зеленый горошек, шпинат, капуста брюссельская и др.), варят в большом количестве воды (3-4 л на 1 кг овощей) в открытой посуде при бурном кипении во избежание изменения их цвета.

Быстрозамороженные овощи кладут в кипящую воду без предварительного размораживания.

Сушеные овощи сначала замачивают в холодной воде на 1-3 ч, затем варят в этой же воде.

Консервированные овощи прогревают с отваром, а затем отвар сливают и используют для приготовления супов, соусов.

Отварные овощи хранят на мармите не более 1 ч.

Отварные овощи отпускают со сливочным маслом, растительным маслом, сметаной или соусом молочным или сметанным.

Ассортимент блюд из отварных и припущенных овощей:

Картофель отварной, картофель в молоке, пюре картофельное, капуста отварная, зеленый горошек отварной, кукуруза отварная, тыква отварная, пюре морковное, пюре свекольное, суфле из овощей, суфле из моркови с творогом, суфле из картофеля и моркови, суфле из цветной капусты, суфле из кабачков или тыквы, пудинг из тыквы или кабачков, пудинг из моркови и яблок, пудинг из тыквы и яблок с творогом, овощи припущенные с маслом, овощи, припущенные в молочном соусе, капуста белокочанная припущенная, морковь с зеленым горошком в молочном соусе, морковь припущенная, тыква припущенная и др.

Блюда из тушеных овощей

Для тушения овощи нарезают дольками, кубиками, брусочками или соломкой, укладывают в емкость слоем не более 300 мм, а кабачки, тыкву – 100-150 мм. Кабачки, помидоры и другие овощи, легко выделяющие влагу, тушат без добавления жидкости, т.е. в собственном соку, при слабом кипении в закрытой посуде. Тушат отдельные виды овощей и их смеси. Картофель, морковь и некоторые другие овощи перед тушением слегка обжаривают на диету стандартную (при гастритах с пониженной секрецией желудочного сока, при диабете), припускают до полуготовности или варят на диету стандартную (при заболеваниях

печени, почек, сердечно-сосудистых заболеваний). Репчатый лук бланшируют, а затем пассеруют на масле стандартную (при гастритах с пониженной секрецией желудочного сока, при ожирении, диабете, сердечно-сосудистых

заболеваниях, при заболеваниях печени – только бланшируют). Белокочанную капусту тушат без предварительной тепловой обработки.

При тушении можно использовать бульон на диету стандартную (при гастритах с пониженной секрецией желудочного сока, при сердечно-сосудистых заболеваниях в стадии выздоровления).

Ассортимент блюд из тушеных овощей:

Свекла, тушенная в сметане, капуста, тушенная в молочном или сметанном соусе, кольраби, тушенная в молочном или сметанном соусе, тыква, тушенная с курагой, морковь, тушенная с черносливом, морковь в молочном соусе, баклажаны, тушенные в соусе, рагу из баклажанов и цветной капусты, рагу из овощей, рагу из овощей с грибами, рагу из овощей с плодами, брюква или репа, или кольраби, тушенные с медом и др.

Блюда из жареных овощей

В диетическом питании овощи жарят основным способом. Жареные овощи включают в меню диет (при гастритах с пониженной секрецией желудочного сока, при заболеваниях почек, туберкулезе, диабете, атеросклерозе и др.)

Овощи, содержащие достаточное количество влаги и малоустойчивый протопектин, жарят основным способом (помидоры, баклажаны, репчатый лук, тыкву, кабачки, картофель и др. Для жарки в сыром виде подготовленный картофель нарезают соломкой, кружочками, дольками, брусочками, тыкву, баклажаны – ломтиками, помидоры – дольками, лук – кольцами. Кабачки, тыкву, лук, баклажаны перед жаркой панируют в муке. Белокочанную капусту перед жаркой предварительно варят или припускают для удаления горечи.

Кроме того, жарят изделия из овощей – котлеты, биточки, зразы, рулеты, оладьи. Для их приготовления подготовленные овощи припускают в воде или молоке до готовности, протирают (для диет с механическим щажением), снова доводят до кипения, засыпают манную крупу, варят 10 мин, слегка охлаждают, добавляют соль, яйца, творог, молоко и перемешивают. Затем формируют изделия, панируют в муке, сухарях или яйце и жарят.

Для жарки используют растительное или топленое масло. Овощи и изделия из них жарят на сковороде при температуре 150-160⁰С с обеих сторон. Доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 160-180⁰С (3-5 мин).

Жареные овощи можно отпускать со сливочным маслом, сметаной или соусом.

Ассортимент блюд из жареных овощей:

Картофель жареный, помидоры жареные, кабачки жареные, тыква жареная, капуста жареная, котлеты картофельные, котлеты картофельные с творогом, оладьи картофельные, оладьи картофельные с сыром, зразы картофельные с творогом, котлеты свекольные с творогом, котлеты овощные с творогом, котлеты капустные, шницель из капусты, оладьи капустные, зразы капустные с овощами и яйцом, оладьи из тыквы, тыква с яблоками жареная, кольраби с яблоками жареная.

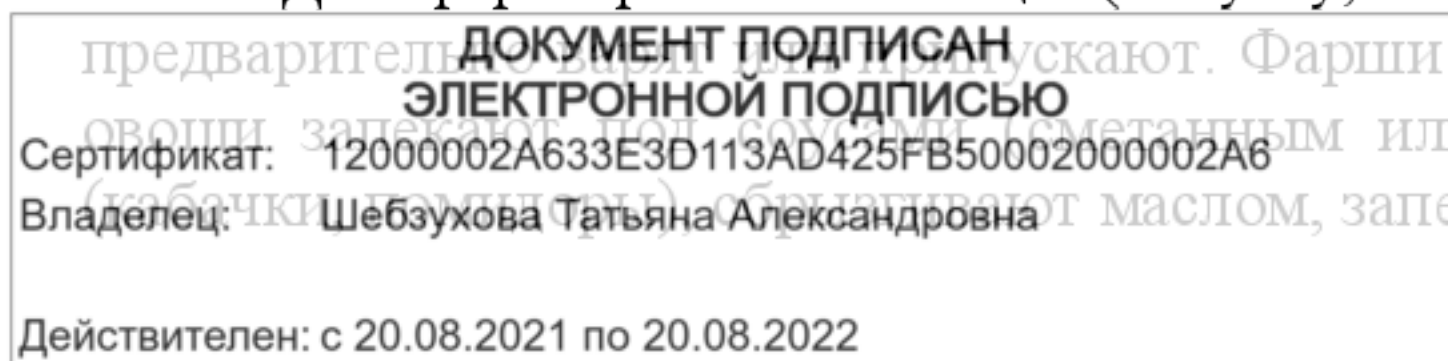
Блюда из запеченных овощей

Блюда из запеченных овощей рекомендуют на диету стандартную (при гастритах с пониженной секрецией желудочного сока, при заболеваниях почек, печени, туберкулезе, диабете, ожирении, атеросклерозе и др.)

Запеченные блюда из овощей готовят из вареных, припущенных или обжаренных овощей, а иногда из сырых. Картофель для запеканок варят очищенным, воду сливают и в горячем виде протирают. Перед запеканием поверхность полуфабрикатов запеканок, пудингов, рулетов смазывают сметаной, а овощи, запекаемые с соусом, посыпают тертым сыром и сбрызгивают маслом.

Для фарширования овощи (капусту, баклажаны, помидоры, свеклу, кабачки и др.)

предварительно отваривают или припускают. Фарши готовят из овощей с рисом. Фаршированные овощи запекают в сметанном или молочном соусе (кабачки, помидоры), обжаривают маслом, запекают и отпускают с соусом.



Запекают овощи в жарочном шкафу при температуре 250-280⁰С до образования корочки на поверхности изделия и температуры внутри него 80⁰С.

Ассортимент блюд из запеченных овощей:

Картофель, запеченный в сметанном соусе, картофельное пюре запеченное, картофельные ватрушки с творогом, рулет картофельный с морковью и творогом, пудинг из картофеля с творогом, зразы картофельные с овощами, запеканка капустная с яблоками, котлеты морковные, запеканка морковная с творогом, морковный пудинг с яблоками, пудинг из моркови, зразы морковные с творогом, пудинг овощной, голубцы овощные, голубцы с плодами, капуста цветная или белокочанная запеченная, капуста цветная в белковом омлете, пудинг из цветной капусты, пудинг из кольраби и яблок, пудинг из шпината и творога, запеканка из тыквы, тыква, запеченная с яйцом, кабачки, запеченные под соусом, кабачки и цветная капуста, запеченные под соусом, кабачки, фаршированные овощами и рисом, помидоры, фаршированные овощами и рисом, свекла, фаршированная рисом и яблоками, баклажаны, фаршированные овощами и рисом, брюква или репа, фаршированные творогом.

Практическая часть

Приготовить:

- суфле из картофеля и моркови со сметаной -180;
- котлеты капустные с соусом молочным – 216,540;
- зразы картофельные с овощами (запеченные) со сметаной - 230;
- чай без сахара - 65 l (для проведения органолептической оценки).

Определить:

- массу фарша на зразы;
- продолжительность тепловой обработки котлет капустных;
- выход готовых блюд.

Инструменты, инвентарь, посуда

Весы, кастрюли емкостью 1л, 2л, 3л; мясорубка, котлы паровые, ножи поварские (тройка), доски разделочные, 2 сита (частое и редкое), венчик, лопатки деревянные, дуршлаг, формы для варки суфле, терка, деревянный пестик, столовые приборы, соусники, порционные сковороды, мелкие столовые тарелки

Порядок выполнения работы

1. Дежурной бригаде получить продукты у лаборанта и распределить всем бригадам.
2. Очистить овощи, определить процент отходов.
3. Сварить картофель для зраз и протереть горячим.
4. Нарезать овощи для суфле и для фарша для зраз.
5. Приготовить овощной фарш для зраз, определить массу фарша.
6. Сварить овощи для суфле и протереть их.
7. Приготовить зразы и запечь в пароконвектомате.
8. Взбить белки яиц, ввести в суфле, выложить в смазанные формы и сварить на пару.
9. Приготовить котлеты капустные, обжарить, определить сроки жарки.
10. Вскипятить воду, заварить чай.
11. Подготовить посуду для подачи блюд.
12. Оформить блюда для дегустации.
13. Провести органолептическую оценку блюд.
14. Оформить и сдать работу.
15. Составить ТТК на блюда следующего занятия.
16. Ответить на вопросы для самостоятельной подготовки.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ	
Сертификат:	12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец:	Шебзухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022	

Технологическая карта

Наименование блюда: «Суфле из картофеля и моркови» Рецепт № 180

Наименование продуктов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Картофель	207	155
Морковь	68	54
Молоко	15	15
Масло сливочное	10	10
Соус №530	-	40
Яйца	½ шт.	20
Масса готового суфле	-	250
Сметана	20	20
Выход	-	270

Технология приготовления

Отварной горячий картофель и морковь, припущенную с молоком и маслом, протирают и смешивают с густым молочным соусом, яичными желтками и взбитыми белками. Полученную массу выкладывают в емкость, смазанную маслом (2 г от нормы), и варят на пару 30-35 мин.

Отпускают суфле со сметаной.

Требования к качеству

Внешний вид: форма сохранилась, без трещин.
Консистенция: однородная, пышная, нежная.
Цвет: от желтого до оранжевого
Вкус: умеренно соленый, свойственный моркови и картофеля.
Запах: свойственный овощам, приятный.

Технологическая карта

Наименование блюда: «Соус молочный густой (для фарширования)» Рецепт № 544

Наименование продуктов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Молоко	750	750
Вода	150	150
Мука пшеничная	130	130
Масло сливочное	130	130
Выход	-	1000

Технология приготовления

Горячим молоком с водой разводят подсушенную без изменения цвета растертую со сливочным маслом муку и варят при слабом кипении 7-10 мин. Затем кладут соль, процеживают и доводят до кипения.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная масса, с гладкой бархатистой поверхностью.
Консистенция: нежная, эластичная.
Цвет: белый.
Вкус: молока.
Запах: молока.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ	
Сертификат:	12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец:	Шебзухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022	

Технологическая карта

Наименование блюда: «Соус молочный густой (для фарширования)» Рецепт № 216

Наименование продуктов	Масса	
	брутто, г	нетто, г

Капуста белокочанная свежая	204	163
Молоко	30	30
Масло сливочное	5	5
Крупа манная	15	15
Яйца	1/4 шт.	10
Мука пшеничная	10	10
<i>Масса полуфабриката</i>	-	180
Масло топленое	10	10
<i>Масса жареных котлет</i>	-	150
Масло сливочное	10	10
или сметана	20	20
или соус №526,536		50
Выход с маслом	-	160
со сметаной		170
с соусом		200

Технология приготовления

Капусту нарезают соломкой и припускают в молоке с маслом до полуготовности. После этого всыпают постепенно манную крупу, тщательно перемешивают и варят 10-15 мин. Полученную массу охлаждают до температуры 40-50⁰С, добавляют в нее сырые яйца и соль, тщательно перемешивают, формируют котлеты по 2 шт. на порцию, панируют в муке и обжаривают с обеих сторон 5-7 мин.

Отпускают со сливочным маслом, или сметаной, или молочным, или сметанным соусом

Требования к качеству

<i>Внешний вид:</i>	поверхность равномерная, без трещин.
<i>Консистенция:</i>	сочная, мягкая.
<i>Цвет:</i>	кремовый.
<i>Вкус:</i>	умеренно соленый.
<i>Запах:</i>	свойственный капусте.

Технологическая карта

Наименование блюда: «Соус молочный» Рецепт № 540

Наименование продуктов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Молоко	1000	1000
Мука пшеничная	50	50
Сахар ¹	10	10
Масло сливочное	50	50
Выход	-	1000

¹При диабете и ожирении – ксилит или сорбит; соус можно готовить без сахара.

Технология приготовления

Горячим молоком разводят подсушенную без изменения цвета растертую со сливочным маслом муку и варят при слабом кипении 7-10 мин. Затем кладут сахар, соль, процеживают и доводят до кипения.

Требования к качеству

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна
Цвет: белый.
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Вкус: молоко.
Запах: молока.

Технологическая карта

Наименование блюда: «Зразы картофельные с овощами (запеченные)» Рецепт № 230

Наименование продуктов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Картофель	275	206
Яйца	¼ шт.	10
Масса картофельная	-	210
Фарш:		
морковь	25	20
капуста белокочанная свежая	25	20
молоко	15	15
масло сливочное	5	5
салат	4	3
петрушка (зелень)	5	4
яйца	¼ шт.	10
Масса фарша	-	65
Мука пшеничная	10	10
Масло сливочное	5	5
Масса полуфабриката	-	280
Масса готовых зраз	-	250
Сметана	20	20
Выход	-	270

Технология приготовления

Сырой очищенный картофель варят в подсоленной воде, воду сливают, картофель подсушивают и протирают горячим. В протертый картофель, охлажденный до температуры 40-50°C, добавляют яйца, массу перемешивают и разделяют на лепешки (по две на порцию). На середину лепешки кладут фарш и соединяют ее края так, чтобы фарш был внутри изделия. Затем изделие панируют в муке, придавая форму зраз, укладывают в емкость, смазанную маслом (2 г от нормы), сбрызгивают маслом и запекают 10-15 мин.

Для фарша морковь, капусту мелко шинкуют и припускают, добавляя молоко и масло. В горячие овощи кладут измельченный салат, зелень петрушки, сваренные вкрутую рубленые яйца, соль и перемешивают.

Отпускают зразы со сметаной.

Требования к качеству

Внешний вид: поверхность равномерно запеченная, без трещин и подгорелостей, на разрезе равномерно распределен фарш.
Консистенция: однородная, без комочков непротертого картофеля.
Цвет: корочки – золотистый, на разрезе – кремовый, фарша – оранжевый.
Вкус: умеренно соленый.
Запах: свойственный картофелю и овощам.

Вопросы для самостоятельной подготовки

1. Значение овощей в диетическом и лечебно-профилактическом питании.

2. Блюда из отварных овощей.

3. Блюда из тушеных овощей.

4. Блюда из жареных овощей.

5. Блюда из запеченных овощей.

6. Блюда из вареных овощей.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

7. Блюда из фаршированных овощей.
8. Как сохранить витамин С в овощах при тепловой обработке.
9. Отличительные особенности приготовления суфле.
10. При каких заболеваниях рекомендуются блюда из овощей?
11. Правила подачи блюд из овощей.
12. Сроки хранения горячих блюд из овощей.
13. Какова температура подачи горячих блюд из овощей?

4.3 Органолептический анализ качества блюд и изделий

Дежурная бригада под руководством преподавателя проводит органолептический анализ качества блюд и изделий в соответствии с рекомендациями (Приложение 4).

Отбор проб начинает студент-дегустатор, затем преподаватель, остальные студенты и лаборант. Преподаватель вместе со студентами внимательно выслушивает студента-дегустатора и обращает внимание на наиболее распространенные дефекты блюд, изделий, вскрывает причины их возникновения, указывает способы устранения.

Данные органолептического анализа отмечаются студентами в карте лабораторного занятия.

4.4 Заключительный этап занятия

Подводя итоги лабораторного занятия, преподаватель, учитывает теоретическую подготовку студента по изучаемой теме, работу в течение всего лабораторного занятия, качество приготовленных блюд, правильность и аккуратность заполнения рабочей тетради, объявляет итоговую оценку и подписывает лабораторную работу.

В конце занятия студенты должны выключать приборы и аппараты, тщательно убрать рабочее место, вымыть и убрать посуду, инвентарь, инструменты, сдать рабочее место дежурной бригаде.

Дежурные проводят влажную уборку и сдают лабораторию лаборанту.

Преподаватель выдает задание на следующее занятие, а текущее объявляет законченным.

5 Список рекомендуемой литературы

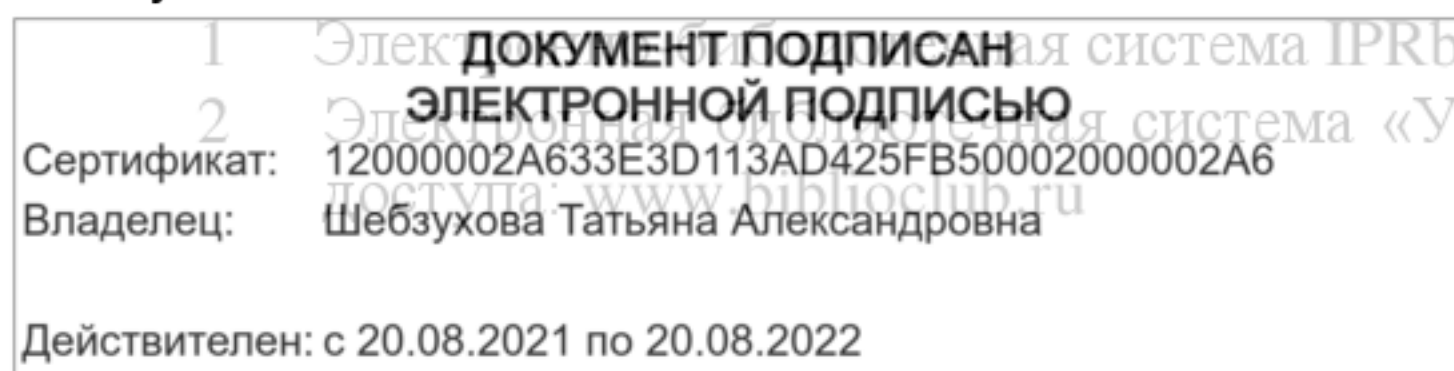
Основная литература:

1. Австриевских А.Н. Продукты здорового питания. Новые технологии, обеспечение качества, эффективность применения [Электронный ресурс] / Австриевских А.Н., Вековцев А.А., Позняковский В.М.- Электрон. текстовые данные.- Саратов: Вузовское образование, 2014.- 428 с.
2. Зименкова, Ф.Н. Питание и здоровье: учебное пособие для студентов по спецкурсу «Питание и здоровье» / Ф.Н. Зименкова. - М.Прометей, 2016. - 168 с.

Дополнительная литература:

1. Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания : сб. тех. нормативов / под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. - М. : ДеЛи принт, 2013. - 808 с.
2. Микулович Л.С. Советы специалиста. О продуктах питания [Электронный ресурс]/ Микулович Л.С., Серегин В.В.— Электрон. текстовые данные.— Минск: Вышэйшая школа, 2009.— 238 с.
3. Тутельян В.А. Химический состав и калорийность российских продуктов питания. - М.: ДеЛи принт, 2012. -284 с.
4. Смирнова, М.А. Лечебное питание. Заболевания суставов. Лечение, диеты, рецепты / М.А. Смирнова. - М.: Рипол Классик, 2013. - 64 с.

Информационно-справочные и информационно-правовые системы, используемые при изучении дисциплины:



books – Режим доступа: www.iprbookshop.ru
 университетская библиотека on-line» – Режим

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Пятигорский институт(филиал) СКФУ

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

для лабораторных работ по дисциплине:
Технология и организация диетического питания

студента (ки) _____
курса _____ группы _____
Преподаватель _____

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН Пятигорск, 202_____
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

По теме _____

[illegible]

Органолептический анализ блюд и изделий

[illegible]

	ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ		
Сертификат:	12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6		
Владелец:	Шебзухова Татьяна Александровна		
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022			

« ____ » _____ 20__ г.

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № ____

на _____

1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

1.1. Настоящая технико-технологическая карта распространяется на

вырабатываемое _____
и реализуемое _____**2. ПЕРЕЧЕНЬ СЫРЬЯ**

2.1. Продовольственное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты используемые для изготовления _____

должны соответствовать требованиям нормативных и технических документов и иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество.

3. РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто

4. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

4.1. Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технических нормативов для предприятий общественного питания и технологическими рекомендациями для импортного сырья.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

5. ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

_____ должно подаваться

_____ оформляется _____

Реализация осуществляется при температуре подачи _____ в течение _____

Хранят _____

Срок годности _____

6. ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

6.1. Органолептические показатели _____

Внешний вид _____

Консистенция _____

Цвет _____

Вкус _____

Запах _____

6.2. Микробиологические показатели _____ должны соответствовать требованиям СанПиН 2.3.2.1078-01, индекс _____.

7. ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ _____

на выход _____

Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая ценность, ккал
общие	из них животные	общие	из них растительные	общие	из них моно- и дисахариды	

Ответственный за оформление ТТК _____

_____ должность

_____ подпись

_____ Ф.И.О.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Требования к сервировке стола для проведения дегустации блюд и изделий

Стол покрывают скатертью, которая должна свисать со всех сторон на 2,5см или под каждый прибор кладут отдельную салфетку. На середину стола ставят салфетницы со сложенными салфетками. На столе должны размещаться приборы и приспособления общего пользования для порционирования дегустационных блюд и индивидуального пользования. Поэтому на середину стола помещают подставные мелкие тарелки для приспособления, термометров для измерения температуры блюд и общих для всех приборов, а для их ополаскивания после отбора пробы каждого дегустируемого блюда- сосуд с кипятком.

Приборы и приспособления для отбора проб:

- супов заправочных, прозрачных, молочных, пюре и т.д. - столовые ложки;
- соусов - соусные ложки;
- холодных блюд и закусок - салатные ложки и вилки;
- горячих закусок - закусочные ложки;
- вторых овощных, из круп, бобовых, макаронных изделий - столовые ложки, ножи, лопаточки;
- вторых мясных и из птицы - соусные и гарнирные ложки, столовые ножи, лопаточки;
- вторых рыбных и блюд из нерыбных продуктов моря - соусные и гарнирные ложки, рыбные вилки, лопаточки;
- сладких блюд и напитков - десертные ножи, щипцы;
- мучных, кондитерских изделий и напитков - щипцы, ножи.

Перечень приборов и посуды для индивидуального пользования, включаемый в сервировку стола, зависит от вида дегустируемых блюд.

Напротив каждого места на расстоянии 2см от края стола ставят для дегустации:

первых блюд - подставную мелкую тарелку, на нее глубокую на полпорции, справа от тарелок кладут столовый нож лезвием к тарелке и ложку вогнутой стороной к верху, слева - на расстоянии 8-10см от края стола пирожковую тарелку;

вторых блюд овощных, из круп, бобовых и макаронных изделий - мелкую тарелку, справа от нее кладут столовую вилку зубцами к верху;

соусов - подставную тарелку, на нее соусник на 100мл ручкой влево и чайную ложку ручкой влево;

вторых блюд из мяса, птицы и дичи - мелкую тарелку, справа от нее размещают столовый нож, слева - столовую вилку;

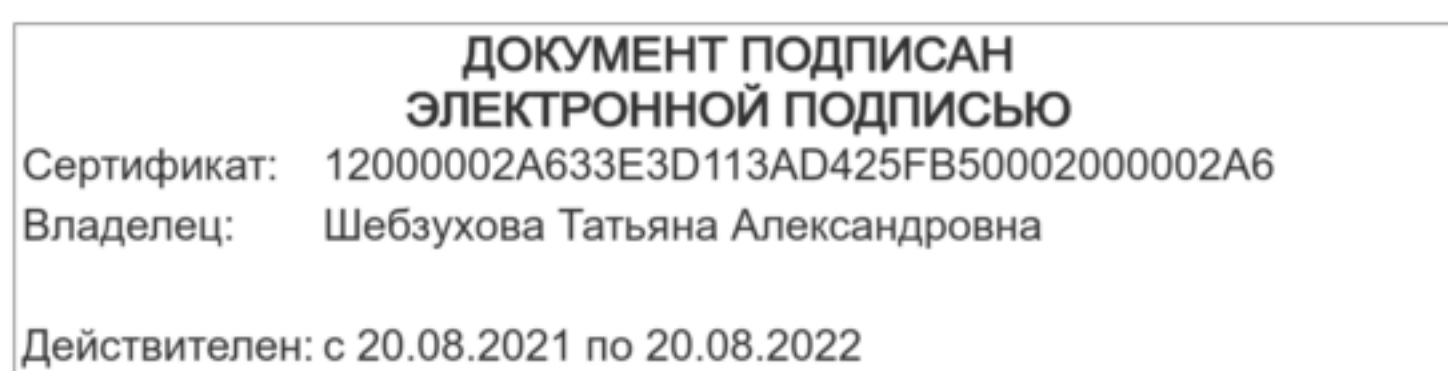
вторых блюд из рыбы, нерыбных продуктов моря - мелкую тарелку, справа - рыбный нож, слева - рыбную вилку, левее которой и выше на 1-2см пирожковую тарелку для костей;

холодных блюд и закусок - закусочную тарелку, справа от нее - закусочный нож, слева - закусочную вилку;

сладких блюд - десертную тарелку, справа - десертный нож и десертную ложку, слева десертную вилку;

мучных и кондитерских изделий, напитков - десертную или пирожковую тарелку, справа - десертный нож и ложку, выше их и правее - чашку ручкой влево на блюдце.

После дегустации каждой пробы полость рта должна ополаскиваться чаем без сахара. Поэтому при сервировке стола для каждого дегустатора ставят стакан с чаем в подстаканнике или на чайном блюдце.



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Пятигорский институт (филиал) СКФУ

Методические указания

для обучающихся по организации и проведению самостоятельной работы
по дисциплине «Технология и организация диетического питания»
направления подготовки

19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания,
направленность (профиль) Технология и организация ресторанного дела

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Пятигорск, 2022

Содержание

	Введение	С. 3
1.	Общая характеристика самостоятельной работы студента и формируемые компетенции	4
2.	План-график выполнения самостоятельной работы	4
3.	Методические указания по формированию компетенций	4
4.	Методические рекомендации по изучению теоретического материала	5
5.	Список рекомендуемой литературы	17

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Введение

Цель дисциплины – давать научное обоснование диетического питания, построенного на современной концепции сбалансированного питания; составлять суточные рационы питания; правильно, в соответствии с технологическим процессом готовить блюда, учитывая потери и изменения, происходящие в продуктах и блюдах при технологической обработке; проводить бракераж и контроль качества блюд и изделий.

Для достижения поставленной цели необходимо решения ряда задач:

- изучение технологии производства блюд диетического питания;
- изучение потерь, происходящих в блюдах при технологической обработке, расчет сохранности основных пищевых веществ, с учетом потерь;
- изучение способов технологической обработки в диетическом питании;
- расчет химического состава блюд и изделий;
- изучение органолептических показателей блюд и изделий;
- изучение условий и сроков хранения блюд;
- изучение нормативной и технической документации;
- изучение пищевых добавок, используемых при производстве блюд диетического питания;
- изучение технологии приготовления блюд специального назначения.

В результате самостоятельной работы студент должен:

Изучить нормативную и технологическую документацию для производства блюд диетического питания; роль продуктов и блюд для лечения и профилактики заболеваний; влияние основных технологических процессов на качество блюд и изделий; специализированные продукты для диетического питания; изделия пониженной калорийности; вопросы малоотходной и безотходной технологии; методы контроля качества готовых блюд и изделий

Осуществлять технологический процесс производства продукции для диетического питания и оценивать влияние различных факторов на его ход и результаты; разрабатывать технологическую документацию на продукцию диетического питания (ТК, ТТК);

Использовать нормативную документацию для ведения технологического процесса; выбирать оптимальные способы обработки продуктов и приготовления блюд и изделий в диетическом питании; осуществлять контроль за качеством сырья, полуфабрикатов и готовой продукции; получать и обрабатывать информацию с использованием программного обеспечения; производить расчеты основных технологических процессов производства; внедрять малоотходную технологию; использовать современные технологии с целью улучшения качества, пищевой и биологической ценности блюд диетического питания; выбирать оптимальные режимы тепловой обработки при производстве блюд и изделий для диетического питания; разрабатывать рецептуры новых видов продукции, направленных на профилактику заболеваний и реабилитацию больных; составлять рационы питания в соответствии с заболеванием и рассчитывать их по основным пищевым веществам и энергетической ценности; производить оценку качества сырья, полуфабрикатов и готовой продукции.

Рассчитывать потребности сырья, составления рецептур блюд и рационов питания для диетического питания с использованием компьютерных технологий;

проводить контроль за качеством сырья, полуфабрикатов и готовой продукции; разрабатывать рецептуры новых видов продукции, направленных на профилактику заболеваний и реабилитацию больных; составлять рационы питания в соответствии с заболеванием и рассчитывать их по основным пищевым веществам и энергетической ценности; производить оценку качества сырья, полуфабрикатов и готовой продукции.

1. Общая характеристика самостоятельной работы студента и формируемые компетенции

При самостоятельном изучении дисциплины «Технология и организация диетического питания» формируются следующие профессиональные компетенции и их составные части, ПК-4, ПК-5,

Структура и компонентный состав компетенций

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
ПК-4 Способен определять и анализировать свойства сырья, полуфабрикатов и продовольственных товаров, влияющие на оптимизацию технологического процесса, качество и безопасность готовой продукции, эффективность и надежность процессов производства	ИД-1 _{ПК-4} Анализирует свойства, функции, классификацию и значение сырьевых компонентов, их изменения при технологической обработке, основные направления их использования при производстве пищевых продуктов для обеспечения получения безопасной продукции высокого качества.	Анализирует технологические процессы производства продуктов питания на основе принципов повышения качества и безопасности пищевой продукции
	ИД-2 _{ПК-4} Организует выбор, применяет методы и средства измерений, испытаний и контроля для исследования качества, безопасности сырья и готовой продукции	Применяет методы и средства измерений, испытаний и контроля для исследования качества, безопасности сырья и готовой продукции
	ИД-3 _{ПК-4} Разрабатывает мероприятия по совершенствованию системы контроля качества и оптимизации технологических процессов производства продуктов питания	Оптимизирует технологические процессы производства продуктов питания на основе принципов повышения качества и безопасности, используя профессиональные знания инженерных процессов и правила эксплуатации современного технологического оборудования и приборов
ПК-5 Способен применять специализированные и профессиональные знания, в том числе инновационные, в области технологии	ИД-1 _{ПК-5} Осуществляет контроль качества, безопасности сырья и готовой продукции с использованием	Контролирует качество и безопасность продукции общественного питания, используя профессиональные знания инженерных процессов и правила эксплуатации современного технологического оборудования и приборов

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
 Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
 Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна
 Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

качества и безопасности готовой продукции	ИД-2 _{ПК-5} Организует технологический процесс производства продуктов питания массового изготовления и специализированных пищевых продуктов с применением современного технологического оборудования, традиционных и новых видов сырья	Организует технологические процессы производства продуктов питания на основе принципов повышения качества и безопасности, используя профессиональные знания инженерных процессов и правила эксплуатации современного технологического оборудования и приборов
	ИД-3 _{ПК-5} Выявляет объекты для улучшения технологии пищевых производств с учетом прогрессивных методов эксплуатации оборудования, принципов управления качеством, безопасностью и прослеживаемостью производства, основ физиологии пищеварения и обмена веществ, современных концепций питания	Оптимизирует технологические процессы производства продуктов питания для повышения качества и безопасности, используя профессиональные знания инженерных процессов и правила эксплуатации современного технологического оборудования и приборов

2. План-график выполнения самостоятельной работы

7 семестр:

Формирование части компетенций ПК-4, ПК-5 следующими технологиями: самостоятельное изучение литературы, подготовки письменного отчета по лабораторной работе, подготовка устных докладов, подготовка к мастер-классу, решение задач.

Цель и задачи - подготовка к лабораторным работам, написание письменного отчета, подготовка устного доклада, а также закрепление лекционного материала посредством собеседования, выполнения контрольной работы.

3. Методические указания по формированию компетенций

Самостоятельная работа студента предусматривает следующие технологии формирования профессиональных компетенций: самостоятельное изучение литературы, подготовка устного доклада, подготовка письменного отчета, собеседование, выполнение контрольной работы.

Средства и технологии оценки самостоятельной работы

Код реализуемой компетенции	Вид деятельности студентов	Итоговый продукт самостоятельной работы	Средства и технологии оценки*	Самостоятельная работа/контроль
	7 семестр			
ПК-4, ПК-5, Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6 Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022	ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6 Шебзухова Татьяна Александровна	Конспект Письменный отчет	Собеседование Письменный отчет	116,25/6,75

Допуск к лабораторным работам происходит при наличии у студентов печатного варианта отчета. Защита отчета проходит в форме доклада студента по выполненной работе и ответов на вопросы преподавателя.

4. Методические рекомендации по изучению теоретического материала

Раздел 1. Основные направления развития производства полуфабрикатов из растительного и животного сырья
Тема 1. Введение. предмет и задачи дисциплины. Нормативная техническая и технологическая документация по организации питания в лечебно- профилактических организациях. значение диетического питания в лечении и профилактике отдельных заболеваний. методы щажения, применяемые в диетическом питании
Тема 2. Значение основных компонентов пищи и их роль в обмене веществ
Тема 3. Роль пищевых продуктов в диетическом питании и показатели их качества
Тема 4 Система стандартных диет, применяемых в лечебно-профилактических учреждениях
Раздел 2 Особенности технологии приготовления блюд в диетическом питании
Тема 5. Технология приготовления диетических холодных блюд и закусок
Тема 6. Технология приготовления диетических соусов и супов
Тема 7. Технология приготовления блюд из картофеля и овощей
Тема 8. Технология приготовления блюд из круп и макаронных изделий
Тема 9. Технология приготовления блюд из яиц, творога
Тема 10 Технология приготовления диетических блюд из рыбы и нерыбных объектов водного промысла
Тема 11. Технология приготовления блюд из мяса и мясных продуктов
Тема 12. Технология приготовления блюд из сельскохозяйственной птицы, кролика
Тема 13. Технология приготовления сладких блюд и напитков. Технология приготовления напитков из лекарственного растительного сырья
Тема 14 Технология приготовления мучных блюд и мучных кулинарных изделий для диетического питания
Тема 15. Технология приготовления изделий функционального назначения. блюда со смесью белковой композитной сухой

профилактических учреждениях.
Тема 17 Организация диетического питания в столовых при промышленных предприятиях
Тема 18 Оформление документации пищеблока. Методика заполнения документации по питанию на пищеблоке.

4.1 Методические указания по самостоятельному изучению отдельных тем

4.1.1 Изучение тем №1-4

Технологическая обработка продуктов для блюд диетического и диетического питания должна обеспечивать так называемые щадящие режимы. Они основаны на исключении из рациона или ограничении раздражителей, которые могут отрицательно влиять на работу того или иного органа. Повторить виды щажения: механическое, химическое и термическое. Изучить методы щажения органов пищеварения: механический, термический и химический. Ознакомиться с нормативной и технической документацией по диетическому и питанию.

Значение питания в лечении и профилактике заболеваний. Приемы кулинарной обработки продуктов, применяемые в диетической кулинарии. Особенности технологии приготовления блюд в диетическом питании. Метаболические принципы диетической терапии. Работа с нормативной и технической документацией.

Диетические блюда обычно готовят по правилам традиционной технологии. Однако, имеются некоторые особенности лечебной кулинарии как общие, так и частные, обусловленные непосредственным характером заболевания. Изучить требования к диетической кулинарии, к технологии приготовления блюд, к способам тепловой и механической обработке.

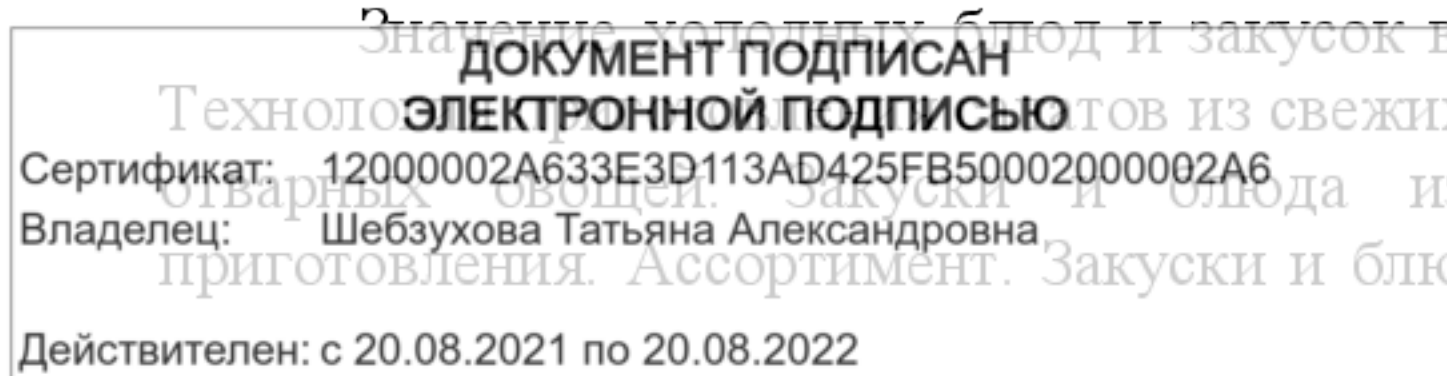
Значение основных компонентов пищи и их роль в обмене веществ. Роль пищевых продуктов в диетическом питании и показатели их качества. Система стандартных диет, применяемых в лечебно-профилактических учреждениях.

Вопросы для самопроверки:

1. Значение питания в лечении и профилактике заболеваний.
2. Виды щажения
3. Термическое щажение
4. Механическое щажение
5. Химическое щажение
6. Изучить сборники рецептов диетического питания
7. Приемы кулинарной обработки, применяемые в диетической кулинарии.
8. Особенности приготовления блюд в диетическом питании.
9. Механическая кулинарная обработка продуктов
10. Тепловая обработка блюд и изделий
11. Оборудование, применяемое для тепловой обработки продуктов в диетическом питании
12. Значение белков, углеводов, жиров в диетическом питании
13. Роль пищевых продуктов в диетическом питании и показатели их качества

4.1.2 Изучение темы №5

Значение холодных блюд и закусок в питании здорового и больного человека. Технологическая обработка продуктов из свежих овощей и фруктов. Салаты и винегреты из отварных овощей. Закуски и блюда из рыбы и морепродуктов, технология приготовления. Ассортимент. Закуски и блюда из мясных продуктов, технология



приготовления. Технология приготовления бутербродов. Сроки хранения бутербродов. Правила оформления бутербродов. Требования к качеству холодных блюд и закусок. Рекомендации по назначению холодных блюд и закусок при заболеваниях и для профилактики заболеваний. Нормы отпуска холодных блюд и закусок. Органолептическая оценка холодных блюд и закусок.

В диетическом питании используют закуски из различных продуктов. Для щадящих диет используют только такие закуски из овощей, как морковь, тертая со сметаной или с медом.

При заболеваниях печени и почек овощи сочетают с плодами и ягодами, чтобы замаскировать отсутствие соли: морковь, припущенная с курагой, салат из помидоров с яблоками, из белокочанной капусты с яблоками и т.д. Закуски из редиса готовят при диабете. Овощи для закусок варят на пару или припускают. Заправляют салаты и винегреты только натуральным /виноградным/ уксусом или 2-% раствором лимонной кислоты.

Рыбные закуски применяют в ограниченном ассортименте: салаты рыбные, заливная и фаршированная рыба, паштеты. Только для диет при заболеваниях печени, почек и сердца готовят маринованную рыбу, а при диабете - кильку с зеленым луком. Салаты рыбные заправляют не майонезом, а растительным маслом.

В ассортимент мясных закусок входят салаты с майонезом, паштет печеночный, заливные фрикадельки и студень. Используют и закуски из субпродуктов /мозги отварные, заливные, язык заливной, язык отварной с овощами. В тех случаях, когда надо обеспечить механическое и химическое щажение, готовят протертые блюда из отварного мяса. Примером такого блюда может служить «сыр» из мяса.

Вопросы для самопроверки:

1. Чем отличаются холодные закуски от холодных блюд?
2. Как лучше варить овощи для салатов и винегретов?
3. Ассортимент винегретов. Как следует поступать при приготовлении винегрета, чтобы свекла не окрашивала входящие в состав винегрета продукты?
4. Санитарные требования к подготовке овощей и фруктов, используемых для холодных блюд без тепловой обработки.
5. Чем заправляют салаты и винегреты?
6. При каких заболеваниях рекомендуют сыр мясной?
7. Как оформляют холодные блюда и закуски?
8. Какую посуду используют для подачи холодных блюд и закусок?
9. Сроки хранения салатов из сырых и вареных овощей
10. Какова температура подачи холодных блюд и закусок?
11. Классификация бутербродов. Технология приготовления, сроки реализации.

4.1.3 Изучение темы №6

Особенности приготовления полуфабрикатов для соусов. Технология приготовления соусов на бульонах, отварах. Технология приготовления красного основного соуса и его производных. Технология приготовления белого основного соуса и его производных. Технология приготовления соусов на молоке, сметане. Технология приготовления соусов на сливочном масле. Технология приготовления соусов на растительном масле, маринадах, майонезе, заправках. Технология приготовления сладких соусов. Требования к качеству соусов. Правила подбора соусов к блюдам. Органолептическая оценка соусов. Нормы отпуска соусов к блюдам.

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

холодных блюдах соусы заменяют сметаной, растительным маслом. Часто горячие блюда подают со сливочным маслом вместо соуса или со сметаной. Молочные, сметанные, фруктовые и белые соусы на овощном отваре используют для щадящих диет. Муку для соусов подсушивают и растирают с маслом.

Томатную пасту и лимонную кислоту используют только при изготовлении соусов для диет при заболеваниях почек и диабете. Для этих же диет можно использовать уксус винный или фруктовый, а применение спиртового уксуса и эссенцию запрещено. Белые соусы можно заправить огуречным и капустным рассолом или лимонной кислотой. Крупяные и макаронные блюда часто подают с фруктово-ягодными соусами. Готовят соусы по общим правилам технологии, но с некоторыми отличиями: для красных соусов муку не пассеруют; для томатного соуса томат-пасту разводят бульоном или водой и кипятят; для диет его готовят на овощном отваре; для томатного соуса с овощами морковь измельчают и припускают, белые соусы готовят без лука и белых корней; молочные соусы готовят, как обычно, но без лимонной кислоты; в маринадах и заправках уксус заменяют лимонной кислотой.

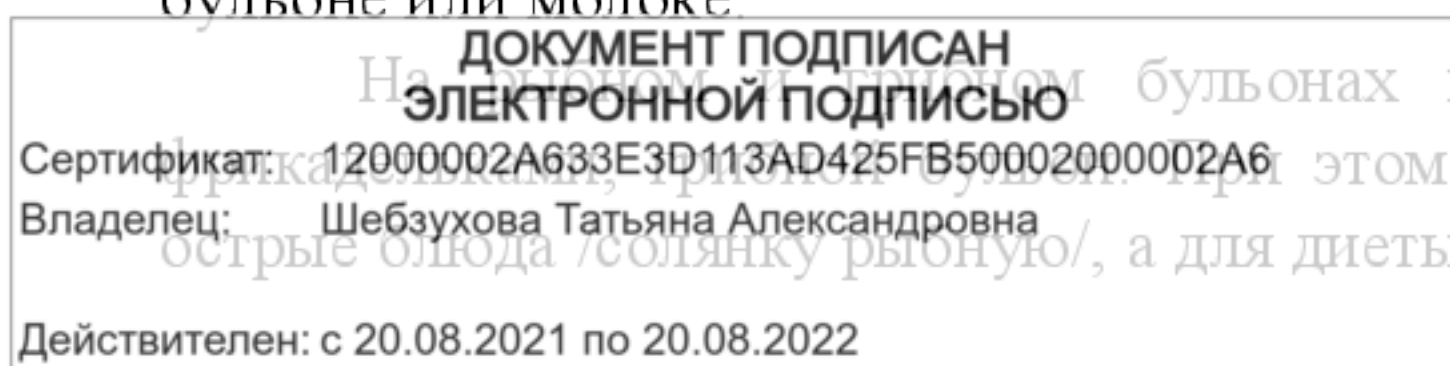
Вопросы для самопроверки:

1. Технология приготовления соусов на бульонах, отварах.
2. Технология приготовления красного основного соуса и его производных.
3. Технология приготовления белого основного соуса и его производных.
4. Технология приготовления соусов на молоке, сметане.
5. Технология приготовления соусов на сливочном масле.
6. Технология приготовления соусов на растительном масле, маринадах, майонезе, заправках.
7. Технология приготовления сладких соусов.
8. Требования к качеству соусов. Правила подбора соусов к блюдам. Органолептическая оценка соусов. Нормы отпуска соусов к блюдам.
9. Приготовление гарниров, подбор гарниров к основным блюдам.

4.1.4 Изучение темы №7

Особенности технологии приготовления бульонов, отваров. Технология приготовления заправочных супов. Молочные супы. Протертые супы: супы-пюре, супы-кремы, слизистые супы, их роль в диетическом питании. Прозрачные супы. Холодные супы. Сладкие супы. Правила хранения и отпуска супов. Температура подачи. Рекомендации по применению супов при различных заболеваниях и с целью профилактики. Органолептическая оценка супов.

Супы для диетического питания готовят по общим правилам рациональной технологии. Супы на мясных бульонах используют в диете при заболеваниях желудка с пониженной кислотностью и периодически включают в диету при диабете. Гарниры для этих супов подбирают в зависимости от особенностей диеты. Приготовление протертых супов из круп очень трудоемко, так как приходится сначала варить крупы, а затем полученную кашу протирать. При этом получается много отходов. В настоящее время предложена новая технологическая схема получения супов-пюре из круп с использованием в качестве основы крупяной муки промышленной выработки /предназначенной для детского питания/. Эту муку заваривают в кипящей воде, бульоне или молоке.



На бульонах готовят супы: бульоны, уха, бульон с для диеты при диабете готовят и более при заболеваниях желудка с пониженной кислотностью, супы-пюре, супы-кремы, слизистые супы, их роль в диетическом питании. Прозрачные супы. Холодные супы. Сладкие супы. Правила хранения и отпуска супов. Температура подачи. Рекомендации по применению супов при различных заболеваниях и с целью профилактики. Органолептическая оценка супов.

кислотностью - супы с макаронными изделиями / суп-лапша грибная/. Широко используют вегетарианские овощные супы, протертые и непротертые.

Молочные супы используют в основном для щадящих диет. Готовят их на молоке или на воде с молоком. Крупы и макаронные изделия предварительно варят 10-15 минут в воде, а затем в кипящее молоко. «ГЕРКУЛЕС» и манную крупу засыпают в кипящее молоко. Овощи для молочных супов в зависимости от особенностей диеты обрабатывают по-разному: либо нарезают как обычно, либо протирают. Картофель и тыкву нарезают кубиками, а морковь и репу шинкуют. Характерны для диетического питания супы-пюре из кур и мяса на молоке. Готовят супы с рисом из простокваши, разведенной водой.

Очень широко используют фруктовые супы.

Для диеты при диабете готовят супы на квасе: рыбный холодник, ботвинью, мясную окрошку. Для диеты при заболеваниях печени используют холодный борщ, свекольник, овощную окрошку.

Вопросы для самопроверки:

1. Классификация супов.
2. На какой жидкой основе можно готовить супы-пюре?
3. С какой целью в супы-пюре добавляют льезон?
4. Как приготовить слизистые отвары? Каково использование их в диетическом и питании?
5. С какой целью овощи для молочного супа припускают в воде?
6. Почему супы молочные рекомендуют включать при заболеваниях печени?
7. При каких заболеваниях рекомендуют бульон прозрачный? С чем подают прозрачные бульоны?
8. Как приготовить оттяжку для прозрачных супов?
9. Как оформляют супы? Норма отпуска супов при различных заболеваниях.
10. Какую посуду используют для подачи супов?
11. Сроки хранения супов.
12. Какова температура подачи горячих и холодных супов?

4.1.5 Изучение темы №8

Значение овощей в диетическом питании. Технология приготовления блюд из отварных и припущенных овощей. Технология приготовления блюд из жареных и тушеных овощей. Технология приготовления блюд из запеченных овощей. Технология приготовления блюд из универсальных овощных масс. Требования к качеству блюд из овощей. Рекомендации по применению блюд из овощей для лечения и профилактики заболеваний. Правила отпуска блюд из овощей. Подбор соусов к блюдам. Органолептическая оценка блюд из овощей.

Овощи широко применяются при изготовлении блюд для всех основных диет диетического питания. Кроме того, они играют очень большую роль в питании людей, страдающих гипертонической болезнью, воспалительными заболеваниями и болезнями сердца, сопровождающимися отеками, т.к. содержат много солей калия при сравнительно невысоком содержании натрия. Калия особенно много в кабачках, тыкве, баклажанах. Из них готовят пюре, суфле / оладьи, пудинги, очень широк ассортимент блюд диетического питания из моркови.

Для приготовления диетических блюд все овощные блюда готовят в протертом виде /пюре, суфле, пудинги, оладьи, запеченными и отварными, а также тушеными и жареными. Овощные блюда используют очень широко, готовят их в сыром,

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

вареном и запеченном виде. Не используют для щадящих диет только блюда из щавеля, шпината, грибов. Для диеты при диабете готовят любые блюда из овощей, содержащих мало углеводов, а морковь, свеклу, репу и картофель обязательно отваривают или припускают, а затем тушат, запекают или жарят /картофель/.

При изготовлении блюд диетического питания очень часто овощи комбинируют с творогом /морковник и картофельные блюда с творогом/, с яблоками, курагой и т.д.

Вопросы для самопроверки:

1. Значение овощей в диетическом питании.
2. Блюда из отварных овощей.
3. Блюда из припущенных овощей.
4. Блюда из тушеных овощей.
5. Блюда из жареных овощей.
6. Блюда из запеченных овощей.
7. Блюда из фаршированных овощей.
8. Как сохранить витамин С в овощах при тепловой обработке.
9. Отличительные особенности приготовления суфле.
10. При каких заболеваниях рекомендуются блюда из овощей?
11. Правила подачи блюд из овощей.
12. Сроки хранения горячих блюд из овощей.
13. Какова температура подачи горячих блюд из овощей?

4.1.6 Изучение темы №9

Значение яиц в питании больного и здорового человека. Технология варки яиц. Блюда из яиц. Рекомендации по применению блюд из яиц при заболеваниях и для профилактики заболеваний. Требования к качеству блюд из яиц. Нормы отпуска. Бракераж блюд.

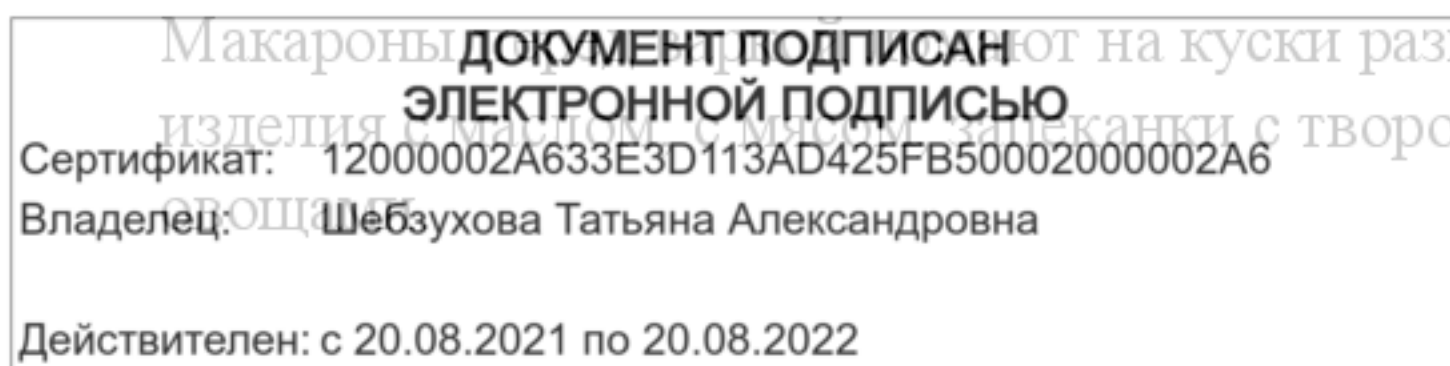
Роль творога в диетическом питании. Блюда из творога, технология приготовления. Требования к качеству. Правила отпуска. Бракераж блюд из творога. Рекомендации по назначению блюд из творога при заболеваниях и для профилактики заболеваний.

Значение круп в диетическом питании. Правила варки каш. Нормы жидкости при варке каш. Технология приготовления каш. Технология приготовления блюд из круп. Нормы отпуска. Требования к качеству блюд из круп. Бракераж блюд. Рекомендации по назначению блюд при заболеваниях и для профилактики заболеваний. Органолептическая оценка блюд из яиц, творога, круп, макаронных изделий.

Блюда из круп. Ассортимент блюд из круп для диетического питания и способы их приготовления те же, что и в рациональном питании. Преобладают жидкие и вязкие каши на воде или молоке, но готовят и рассыпчатые каши. Отличительной особенностью является приготовление каш с добавлением овощей: манная и рисовая с протертой морковью, пшенная с тыквой и т.д. Иногда каши после варки протирают. Готовят большое количество кулинарных изделий из каш: пудинги паровые в каше и изделия из них, добавляют чернослив, сушеные фрукты. Для этих диет готовят запеканки и пудинги крупяные с протертым творогом. Только для диеты при диабете блюда из круп резко ограничивают.

Блюда из макаронных изделий. Варят макароны, лапшу, вермишель как обычно.

Макароны варят на куски размером 1-2 см. Готовят макаронные изделия с мясом, с овощами, запеканки с творогом, отпускают их с томатом и сыром или овощами.



Яичные и творожные блюда. Яичные, творожные блюда диетического питания готовят, как обычно, но более тщательно протирают творог. Яйца используют только диетические, а творог свежий, некислый. Блюда выбирают с более нежной консистенцией /омлеты, яичная каша, яйца в сметане, творог натуральный протертый, паровые пудинги и т.п./. Из творога готовят запеканки, запеканки с морковью, пудинг с рисом, сырники запеченные, сырники с морковью, вареники ленивые, блинчики с творогом, творожный крем и др.

Вопросы для самопроверки:

1. Значение блюд из круп, яиц и творога в диетическом питании.
2. Правила варки каш различной консистенции.
3. Какие каши используют при приготовлении крупеника?
4. Ассортимент блюд из яиц.
5. При каких заболеваниях ограничивают потребление яиц и почему?
6. Ассортимент блюд из творога.
7. С какой целью протирают творог?
8. Какие соусы подают к блюдам из круп и творога?
9. Требования к качеству блюд из круп, яиц и творога.

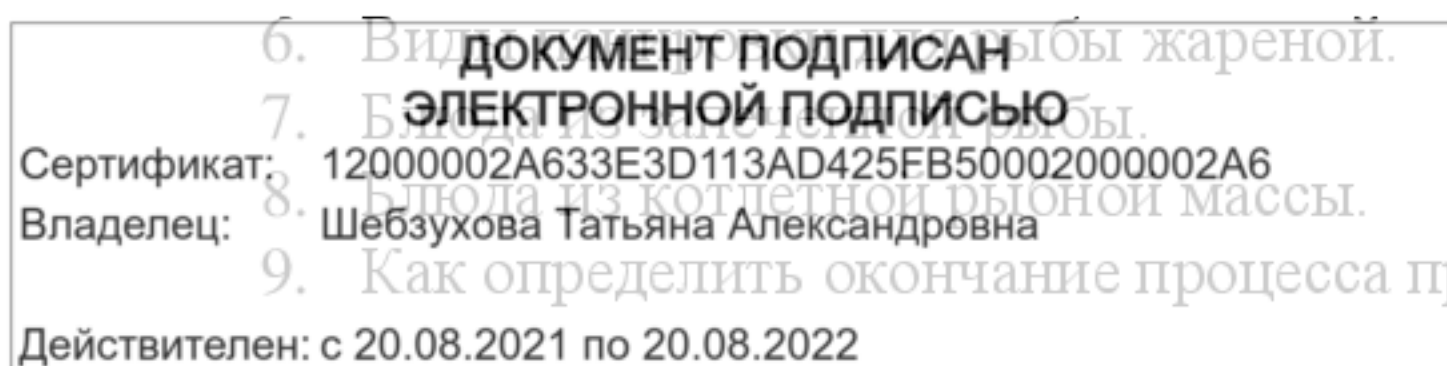
4.1.7 Изучение темы №10

Использование рыбы и морепродуктов в диетическом питании. Блюда из отварной и припущенной рыбы. Блюда из жареной и тушеной рыбы. Блюда из запеченной рыбы. Блюда из рубленой и рыбной массы. Выбор оптимальных способов тепловой обработки при производстве блюд из рыбы в диетическом питании. Правила подбора соусов и гарниров к блюдам из рыбы. Рекомендации по назначению блюд при заболеваниях и для профилактики заболеваний. Требования к качеству блюд из рыбы. Нормы отпуска блюд из рыбы. Бракераж блюд из рыбы. Контроль качества блюд из рыбы. Использование морепродуктов в диетическом питании. Блюда из морепродуктов. Подбор соусов и гарниров. Бракераж блюд из морепродуктов. Органолептическая оценка блюд из морепродуктов.

Ткани большинства рыб развариваются, блюда из рыбы слабо раздражают стенки желудка и кишечника и поэтому используются для щадящих диет не только в рубленом, но и в натуральном виде. Допускаются они и для других диет, но в зависимости от характера диет применяют разные приемы тепловой обработки: - жарку, варку, варку с последующим запеканием, варку с последующей жаркой, СВЧ-нагрев. Ассортимент блюд из рыбы: рыба отварная, припущенная в молоке, рыба по-русски, плов с рыбой, жареная в яйце, зразы донские, рыба, запеченная с помидорами, тефтели рыбные паровые, биточки, котлеты паровые, жареные, запеченные, шницель рыбный паровой, хлебцы рыбные паровые, фрикадельки рыбные, суфле рыбное, кнели рыбные.

Вопросы для самопроверки:

1. Значение в диетическом питании блюд из рыбы.
2. Какие виды рыб рекомендуются для варки, тушения, жарки?
3. Ассортимент блюд из отварной рыбы.
4. Каковы режимы и условия припускания рыбы?
5. Технология приготовления блюд из тушеной рыбы.
6. Видовой состав рыбы жареной.
7. Блюда из рыбы жареной.
8. Блюда из котлетной рыбной массы.
9. Как определить окончание процесса приготовления кнельной массы?



10. В чем отличие кнельной массы от котлетной?
11. Какие гарниры и соусы подают к блюдам из котлетной массы?
12. Как оформляют блюда из рыбы?
13. Какую посуду используют для подачи блюд из рыбы?
14. Сроки хранения блюд из рыбы.
15. Какова температура подачи блюд из рыбы?

4.1.8 Изучение темы №11

Использование мяса в диетическом питании. Технология приготовления блюд из отварного и припущенного мяса. Технология приготовления блюд из жареного мяса. Технология приготовления блюд из тушеного мяса. Технология приготовления блюд из запеченного мяса. Технология приготовления блюд из рубленого мяса. Применение механического и химического методов щажения при производстве блюд из мяса в диетическом питании. Рекомендация блюд при заболеваниях и для профилактики заболеваний. Требования к качеству блюд из мяса. Нормы отпуска блюд из мяса. Бракераж блюд из мяса. Контроль качества блюд из мяса. Органолептическая оценка блюд из мяса.

В диетическом питании используют говядину, нежирную свинину, кур, кроликов, индеек. У говяжьих туш для изготовления блюд берут части с меньшим содержанием соединительной ткани: вырезку, толстый и тонкий края, верхнюю и заднюю части тазобедренного отруба. Обрезки при зачистке мяса тщательно освобождают от сухожилий и используют для изготовления рубленых блюд.

Мясо при изготовлении любых блюд предварительно отваривают, чтобы уменьшить в нем содержание экстрактивных веществ. Почки содержат много пуриновых оснований и при изготовлении лечебных блюд их не используют. Мозги богаты холестерином и поэтому их употребляют только для изготовления некоторых блюд и в ограниченном количестве.

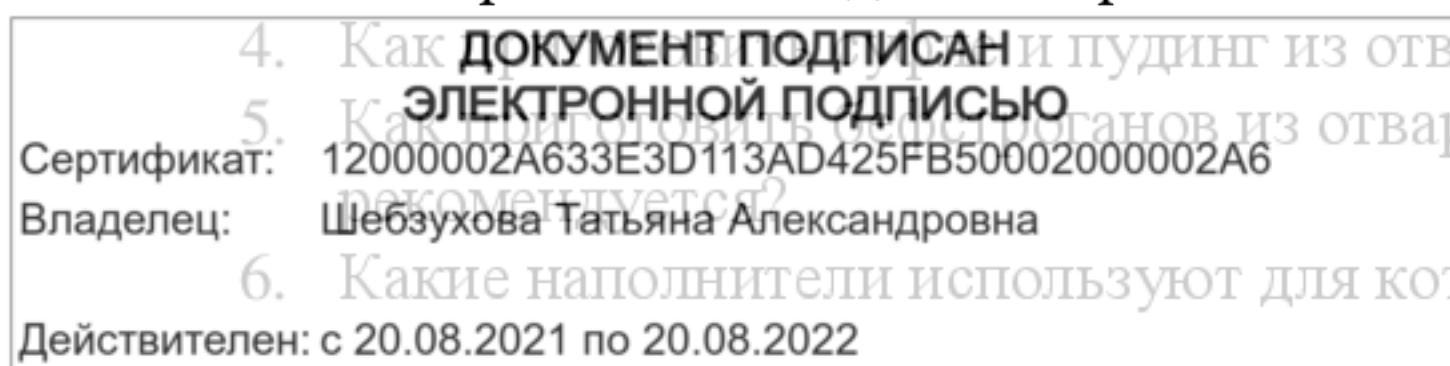
Для диет, щадящих мясные блюда готовят только из рубленой или кнельной массы. При этом их варят на пару, или жарят не панируя. Для диеты при заболеваниях печени мясо отваривают и запекают, а для диеты при заболеваниях почек и сердца отваривают, а затем запекают или жарят. При изготовлении блюд для диеты количество соли ограничивают до 1 % от массы готовых изделий, а для бессолевой диеты ее исключают совсем.

Большинство блюд из мяса готовят по обычным технологическим правилам с учетом указанных ограничений, но готовят и блюда, специфичные для диетического питания: пюре из говядины, суфле, пудинг мясной.

Ассортимент блюд из мяса: мясо отварное, суфле из отварного мяса, бефстроганов из отварного мяса, гуляш из отварного мяса, зразы отбивные, гуляш, запеканка картофельная с говядиной, котлеты, биточки паровые или жареные, говяжьи биточки с творогом, оладьи из печени.

Вопросы для самопроверки:

1. Значение в диетическом питании блюд из мяса.
2. С какой целью и для каких диет мясо предварительно отваривают?
3. Ассортимент блюд из отварного мяса.
4. Как готовят и пудинг из отварного мяса?
5. Как готовят бефстроганов из отварного мяса, для каких диет рекомендуется?
6. Какие наполнители используют для котлетной массы?



7. Какова роль наполнителей в котлетной массе?
8. Ассортимент изделий из котлетной массы.
9. В чем отличие кнельной массы от котлетной?
10. Какие способы тепловой обработки рекомендуются для приготовления блюд из мяса и какие из них рекомендуются в диетическом питании?
11. Какие гарниры и соусы подают к блюдам из котлетной массы?
12. Как оформляют блюда из мяса?
13. Какую посуду используют для подачи блюд из мяса?
14. Сроки хранения горячих блюд из мяса.
15. Какова температура подачи горячих блюд из мяса?

4.1.9 Изучение темы №12

Блюда из отварной и припущенной птицы. Блюда из жареной и тушеной птицы. Блюда из рубленой птицы. Технология приготовления котлетной и кнельной массы. Блюда из кролика. Использование субпродуктов в диетическом питании. Технология приготовления блюд из субпродуктов. Подбор соусов и гарниров к блюдам из птицы, кролика и субпродуктов. Требования к качеству блюд. Контроль качества блюд. Органолептическая оценка блюд из птицы, кролика, субпродуктов.

Вопросы для самопроверки:

1. Виды птицы, используемые в диетическом питании.
2. Значение в диетическом питании блюд из птицы.
3. Ассортимент блюд из отварной птицы.
4. Как приготовить суфле и пудинг из отварной птицы?
5. Какие наполнители используют для котлетной массы из птицы?
6. Какова роль наполнителей в котлетной массе?
7. Ассортимент изделий из котлетной массы из птицы.
8. Какие гарниры и соусы подают к блюдам из котлетной массы?
9. Как оформляют блюда из птицы?
10. Какую посуду используют для подачи блюд из птицы?
11. Сроки хранения горячих блюд из птицы

4.1.10 Изучение темы №13

Значение свежих фруктов и ягод в диетическом питании. Отпуск свежих фруктов и ягод. Технология приготовления фруктовых и ягодных пюре. Технология приготовления компотов. Технология приготовления железированных сладких блюд. Технология приготовления горячих сладких блюд. Нормы выхода сладких блюд. Бракераж блюд. Требования к качеству. Рекомендации по назначению блюд при заболеваниях и для профилактики заболеваний. Технология приготовления горячих напитков. Витаминизированные напитки. Технология приготовления холодных напитков. Нормы выхода напитков. Использование заменителей сахара при производстве сладких блюд. Органолептическая оценка сладких блюд и напитков.

В диетическом питании фрукты и ягоды применяются в свежем, вареном, сушеном и консервированном виде.

Свежие плоды и ягоды перед отпуском перебирают, удаляют плодоножки, сорные примеси, тщательно промывают проточной холодной водой.

Подают плоды и ягоды натуральными или с сахаром, рафинадной пудрой, сиропом, молоком, сливками, сметаной.

Блюда из фруктов и ягод поступают на предприятия общественного питания в свежем виде (без сахара), замороженными в сахарном сиропе, а ягоды – также замороженными с сахаром.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Полезно употреблять желированные блюда при желудочных, кишечных, легочных и других кровотечениях. Способность желатина повышать свертываемость крови служит противопоказанием к частому включению блюд с желатином в некоторые диеты. Не рекомендуют их и при оксатурии, так как из желатина может образовываться щавельная кислота.

1. В чем значение свежих фруктов и ягод для диетического питания.
2. Отпуск свежих фруктов и ягод. Технология приготовления фруктовых и ягодных пюре.
3. Технология приготовления компотов. Технология приготовления железированных сладких блюд.
4. Технология приготовления горячих сладких блюд.
5. Нормы выхода сладких блюд. Бракераж блюд. Требования к качеству.
6. Рекомендации по назначению блюд при заболеваниях и для профилактики заболеваний. Технология приготовления горячих напитков. Витаминизированные напитки. Технология приготовления холодных напитков. Использование заменителей сахара при производстве сладких блюд. Органолептическая оценка сладких блюд и напитков.

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

- приготовление готовых изделий (замес теста, формование, расстойка, выпечка, охлаждение);
- подготовка изделий к отделке;
- отделка.

Сырье, используемое при производстве булочных изделий пониженной калорийности, должно соответствовать требованиям действующей нормативной документации.

При подготовке к производству сырье освобождают от тары, удаляют посторонние примеси, процеживают, дробят, просеивают, протирают и т.д. Мешки с мукой, сахаром-песком и другими сыпучими продуктами очищают снаружи щеткой, а затем аккуратно вспаривают по шву.

Ассортимент булочные изделия пониженной калорийности:

- булочка «К завтраку»;
- булочка «Закусочная»;
- булочка «Янтарная»;
- булочка «С корицей»;
- булочка «Полезная»;
- булочка «деревенская»;
- булочка «Творожная»;
- булочка «Украинская»;
- булочка «К чаю»;
- булочка «Харьковчанка»;
- булочка «Новинка»;
- булочка «Космическая»;
- булочка «Студенческая».

Вопросы для самопроверки:

1. Технология приготовления дрожжевого теста пониженной калорийности.
2. Ассортимент мучных изделий из дрожжевого теста пониженной калорийности.
3. Процессы, происходящие при замесе и выпечке мучных изделий из дрожжевого теста.
4. Температура выпечки изделий из дрожжевого теста.
5. Наполнители, используемые в мучных изделиях пониженной калорийности
6. Технология приготовления бисквитного теста пониженной калорийности
7. Температура выпечки бисквитного полуфабриката.
8. Ассортимент мучных изделий пониженной калорийности.
9. Технология приготовления блинов, блинчиков, оладий. В чем отличие в их приготовлении?

4.1.12 Изучение темы №15

Технология приготовления блюд с боенской кровью. Технология приготовления блюд с молочно-белковыми продуктами: сухим обезжиренным молоком, кальцинированным и зерненным творогом, казеинатами, с белковыми продуктами сои. Технология приготовления низкобелковых блюд. Использование пищевых волокон. Технология приготовления блюд, обогащенных пищевыми волокнами.

Требования к качеству сырья. Рекомендации по назначению блюд при заболеваниях и для профилактики заболеваний. Технология приготовления блюд из гематогена, белити. Использование в рациональном и диетическом питании белковой пасты «Океан», пивных дрожжей. Использование амилапектинового крахмала.

Органолептическая оценка изделий специального назначения. Использование метилцеллюлозы (МЦ-100) в диетическом питании.

Тесто из отрубей готовят следующим способом: отруби просушивают, размалывают, добавляют протертый творог, масло, сметану, яйца, хорошо вымешивают и дают постоять 15-20 минут. Отрубяное тесто нельзя раскатывать, поэтому изделия из него формуют вручную. Это тесто используют для приготовления пирожков с капустой, мясом и творогом и ватрушек.

Для приготовления печенья овсяную крупу или «Геркулес» подсушивают в жарочном шкафу, охлаждают и размалывают. Полученную муку просеивают, добавляют сахар, яйца, масло, сметану, хорошо вымешивают, формуют в виде мелких шариков и выпекают. В тесто для печенья можно добавлять творог и изюм /№ 5/.

Печенье из «Геркулеса» и творога» Печенье готовится как было указано выше, но добавляется протертый творог и изделие перед выпечкой смазывают сметаной и посыпают сахаром.

В диетическом питании можно использовать метилцеллюлозу. Водные растворы метилцеллюлозы обладают связывающими, эмульгирующими, диспергирующими и пенообразующими свойствами. Метилцеллюлоза безвредна, физиологически индифферентна, имеет низкую зольность, не обладает калорийностью. Суточная доза для здорового человека 30 мг. на 1 кг. массы тела, в диетическом питании могут быть более высокие дозы. Применяют МЦ - 100 при производстве салатов, супов-пюре, запеканок из творога, котлет мясных и рыбных рубленых, сладких блюд, пряников. Технология приготовления отваров, настоев, чая из лекарственного растительного сырья. Витаминные напитки. Рекомендации по использованию лекарственного растительного сырья. Лечебные бальзамы. Требования к качеству. Органолептическая оценка напитков из лекарственного растительного сырья.

Вопросы для самопроверки:

1. Технология приготовления блюд с боенской кровью.
2. Технология приготовления блюд с молочно-белковыми продуктами, сухим обезжиренным молоком.
3. Технология приготовления блюд с добавлением продуктов переработки сои.
4. Технология приготовления блюд, обогащенных пищевыми волокнами.
5. Технология приготовления блюд с добавлением гематогена.
6. Технология приготовления отваров, настоев, чая из лекарственного сырья. Лечебные бальзамы. Ассортимент.
7. Технология приготовления блюд специального назначения. Ассортимент.
8. Использование пектинсодержащих продуктов в диетическом питании.
9. Технология приготовления блюд с добавлением пшеничных отрубей. Ассортимент.
10. Технология приготовления блюд с добавлением метилцеллюлозы. Ассортимент.
11. Технология приготовления отваров из лекарственного сырья
12. Технология приготовления витаминных напитков. Напиток из плодов шиповника.
13. Технология приготовления настоев.
14. Технология приготовления чая из растительного лекарственного сырья.

4.1.13 Изучение темы №16-18

Организация диетического питания в лечебно-профилактических предприятиях
Порядок выдачи питания для больных в лечебно-профилактических учреждениях.

Порядок приготовления пищи в лечебно-профилактических

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Оформление документации пищеблока. Методика заполнения документации по питанию на пищеблоке.

5 Список рекомендуемой литературы

Основная литература:

1. Австриевских А.Н. Продукты здорового питания. Новые технологии, обеспечение качества, эффективность применения [Электронный ресурс] / Австриевских А.Н., Вековцев А.А., Позняковский В.М.- Электрон. текстовые данные.- Саратов: Вузовское образование, 2014.- 428 с.
2. Зименкова, Ф.Н. Питание и здоровье: учебное пособие для студентов по спецкурсу «Питание и здоровье» / Ф.Н. Зименкова. - М.Прометей, 2016. - 168 с.

Дополнительная литература:

1. Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания : сб. тех. нормативов / под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. - М. : ДеЛи принт, 2013. - 808 с.
2. Микулович Л.С. Советы специалиста. О продуктах питания [Электронный ресурс]/ Микулович Л.С., Серегин В.В.— Электрон. текстовые данные.— Минск: Вышэйшая школа, 2009.— 238 с.
3. Тутельян В.А. Химический состав и калорийность российских продуктов питания. - М.: ДеЛи принт, 2012. -284 с.
4. Смирнова, М.А. Лечебное питание. Заболевания суставов. Лечение, диеты, рецепты / М.А. Смирнова. - М.: Рипол Классик, 2013. - 64 с.

Информационно-справочные и информационно-правовые системы, используемые при изучении дисциплины:

- 1 Электронно-библиотечная система IPRbooks – Режим доступа: www.iprbookshop.ru
- 2 Электронная библиотечная система «Университетская библиотека on-line» – Режим доступа: www.biblioclub.ru