

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Шебзухова Татьяна Александровна

Должность: Директор Пятигорского института (филиал) Северо-Кавказского
федерального университета

Дата подписания: 19.09.2023 11:54:06

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

для обучающихся по организации и проведению самостоятельной работы
по дисциплине «Технология и организация диетического питания»
для студентов заочной формы обучения,
направления подготовки
19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания,
направленность (профиль) Технология и организация ресторанного дела

(ЭЛЕКТРОННЫЙ ДОКУМЕНТ)

Пятигорск, 2021

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

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:

Знать: 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

Уметь: 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.

Владеть: методами расчета 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 нормативной документации с учетом новейших технологий производства.

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

Перечень компонентов	Технологии формирования компетенции	Средства и технологии оценки
Код компетенции 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 Знать: 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 для диетического питания. Уметь: анализировать свойства сырья, применять методы и средства измерений, испытаний и контроля для исследования качества, безопасности сырья и готовой продукции, разрабатывать мероприятия по совершенствованию системы контроля качества и оптимизации технологических процессов производства продуктов питания Владеть: способностью проводить анализ свойств сырья, полуфабрикатов и продовольственных товаров, влияющих на оптимизацию технологического процесса, качество и безопасность готовой диетической продукции; применять методы и средства измерений, испытаний и контроля для исследования качества, безопасности сырья и готовой продукции. Код компетенции 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 Знать: технологию производства диетических блюд и изделий, инновационные направления	Самостоятельное изучение литературы Подготовка письменного отчета	Собеседование, Устный доклад Письменный отчет

развития технологии пищевых производств для повышения качества и безопасности готовой продукции Уметь: организовать технологический процесс производства диетических продуктов питания с применением современного технологического оборудования, традиционных и новых видов сырья, осуществлять контроль качества, безопасности сырья и готовой продукции с использованием нормативной документации, основных и прикладных методов исследований Владеть: способностью применять специализированные и профессиональные знания, в том числе инновационные, в области технологии производства диетических продуктов питания, определять направления развития технологии пищевых производств, повышения качества и безопасности готовой продукции		
--	--	--

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,	Самостоятельное изучение литературы для подготовки к лабораторным работам и к лекциям	Конспект Письменный отчет	Собеседование Письменный отчет Устный доклад	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.

Студент получает положительную оценку, если оформление отчета соответствует установленным требованиям, а отчет полностью раскрывает суть работы. Основанием для снижения оценки являются:

- при защите лабораторной работы допущены неточности или применены некорректные формулировки материала;
- работа выполнена не полностью, однако объем выполненной части таков, что позволяет получить правильные результаты и выводы по основным, принципиально важным задачам работы.

Отчет может быть отправлен на доработку в следующих случаях:

- оформление отчета не отвечает требованиям нормоконтроля;
- в работе допущены ошибки (не грубые) и неточности.

4. Методические рекомендации по изучению теоретического материала

При самостоятельном изучении литературы необходимо по каждой изучаемой теме аннотировать источник, подготовить реферат или сообщение, при подготовке к лабораторным занятиям необходимо составить письменный отчет по теме занятия.

7 семестр

Перечень тем для самостоятельного изучения:

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
Раздел 3 Организация диетического питания
Тема 16. Организация диетического питания в лечебно-профилактических предприятиях Порядок выписки питания для больных в лечебно-профилактических учреждениях. Порядок контроля за качеством готовой пищи в лечебно-

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 рецептур 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. Технология приготовления салатов из свежих овощей и плодов. 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.

В связи с тем, что в ряде диет ограничены и полностью исключаются бульоны, ассортимент соусов для диетического питания сравнительно невелик. В некоторых

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 фруктовыми 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 рыбном и грибном бульонах готовят супы: бульоны, уха, бульон с фрикадельками, грибной бульон. При этом для диеты при диабете готовят и более острые блюда /солянку рыбную/, а для диеты при заболеваниях желудка с пониженной

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 щадящих диет почти все овощные блюда готовят в протертом виде /пюре, пудинги, суфле/. Их готовят паровыми и отварными, а также тушеными и запеченными. Овощные блюда используют очень широко, готовят их в сыром,

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 тем №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 перед варкой ломают на куски размером 1-2 см. Готовят макаронные изделия с маслом, с мясом, 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 порусски, 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. Виды панировки для рыбы жареной.
7. Блюда из запеченной рыбы.
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 приготовить суфле и пудинг из отварного мяса?
5. Как приготовить 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.

Быстрозамороженные плоды и ягоды поступают на предприятия общественного питания замороженными сухим способом (без сахара), замороженными в сахарном сиропе, а ягоды – также замороженными с сахаром.

На диеты диабет и ожирение рекомендуют кислые или кисло-сладкие сорта плодов и ягод, на диеты с заболеваниями печени – только сладкие сорта. Перебранные и промытые плоды и ягоды укладывают в вазу, салатник, блюдо. К ягодам на розетке подают сахарный песок (кроме диабета), молочнокислые напитки, сливки или сметану.

В диетическом питании используют протертые пюре из яблок, чернослива и других фруктов, которые подают со сбитыми сливками, кисломолочными напитками или сметаной.

Для приготовления пюре яблоки нарезают, удаляют сердцевину, укладывают на противень, подливают немного воды и запекают в жарочном шкафу или припускают. Абрикосы и чернослив промывают, у абрикосов удаляют косточки сразу, а у чернослива – после тепловой обработки; плоды заливают водой, припускают до готовности и протирают. Пюре соединяют с сахаром, проваривают, раскладывают в креманки и охлаждают.

Компоты готовят из свежих, консервированных плодов и ягод как в различных сочетаниях, так и из одного какого-либо вида.

Для их изготовления применяют различные желирующие вещества – крахмал, желатин, агароид, фуцеллан, альгинат натрия, модифицированные крахмалы, пектиновые вещества, которые обладают способностью набухать, растворяться и при определенной температуре образовывать прозрачные студнеобразные массы.

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 щавелевая кислота.

Вопросы для самопроверки:

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 желированных 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.

4.1.11 Изучение темы №14

Технология приготовления мучных блюд – вареников, блинчиков, блинов. технология приготовления изделий из дрожжевого теста. технология приготовления фаршей для пирожков, кулебяк, ватрушек. требования к качеству. температура выпечки изделий. бракераж изделий. Рекомендации по применению изделий при заболеваниях и для профилактики заболеваний. изделия с пониженной калорийностью, технология приготовления. использование овощных и фруктовых добавок при производстве домашней лапши, блинчиков, булочек. технология производства различных видов теста и изделий из них, используемых в диетическом питании (бисквитного, песочного, заварного). органолептическая оценка мучных кулинарных изделий.

Технологический процесс осуществляется в следующей последовательности:

- подготовка сырья;
- приготовление отдельных полуфабрикатов;

- 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 булочных изделий 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 приготовлениях?

4.1.12 Изучение темы №15

Технология приготовления блюд с бокенской 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 блюд. Рекомендации по назначению блюд при заболеваниях и для профилактики заболеваний. Технология приготовления блюд из гематогена, белипа. 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 выписки питания для больных в лечебно-профилактических учреждениях.
Порядок контроля за качеством готовой пищи в лечебно-профилактических учреждениях.

Организация диетического питания в столовых при промышленных предприятиях
Оформление документации пищеблока. Методика заполнения документации по

питанию на пищеблоке.

5 Список рекомендуемой литературы

Основная литература

1. Технология продукции общественного питания: учебник / А.С. Ратушный, Б.А. Баранов, Т.С. Элиарова и др. ; под ред. А.С. Ратушный. - М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2016. - 336 с.
2. Васюкова, А.Т. Технология продукции общественного питания: учебник / А.Т. Васюкова, А.А. Славянский, Д.А. Куликов; под ред. А.Т. Васюкова. - М. : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2015. - 496 с.

Дополнительная литература

1. Могильный М.П., Шалтумаев Т.Ш., Шленская Т.В. Технология продукции общественного питания: технологическая характеристика продукции: учебное пособие. - М.: ДеЛи плюс, 2013. - 431 с.
2. Сборник рецептур на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания. /Под ред. Могильного М.П., Тутельяна В.А.-М.: ДеЛи принт, 2012. -808 с.
3. Картотека блюд диетического (лечебного и профилактического) питания оптимизированного состава /Под ред. Тутельяна В.А.-ГЭОТАР-Медиа, 2008. -448 с.
4. Тутельян В.А. Химический состав и калорийность российских продуктов питания. - М.: ДеЛи принт, 2012. -284 с.
5. Смирнова, М.А. Лечебное питание. Заболевания суставов. Лечение, диеты, рецепты / М.А. Смирнова. - М.: Рипол Классик, 2013. - 64 с.

Интернет-ресурсы:

1. Мглинец А.И., Акимова Н.А. и др. Технология продукции общественного питания: учебник. - СПб.:Троицкий мост, 2010.-736 с. – доступно: <http://bankkniq.net/nauka-ucheba/144195>.
2. <http://www.geotar.ru> – сайт издательства ГЭОТАР;
3. <http://www.rsl.ru/> - Российская государственная библиотека
4. <http://www.cnshb.ru/> - Центральная научная сельскохозяйственная библиотека Российской академии сельскохозяйственных наук