



Федеральное агентство по рыболовству
БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»
Калининградский морской рыбопромышленный колледж

Утверждаю
Врио заместителя начальника колледжа
по учебно-методической работе
М.Ю. Никишин

ОП.12 ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ

Методическое пособие по выполнению практических занятий
по специальности

43.02.15 Поварское и кондитерское дело

МО–43 02 15-ОП.12.ПЗ

РАЗРАБОТЧИК
ЗАВЕДУЮЩИЙ ОТДЕЛЕНИЕМ
ГОД РАЗРАБОТКИ

Червяковская А.В.
Судьбина Н.А.
2026

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.2/19

Содержание

Тематический План Учебной Дисциплины.....	3
Введение	4
После Каждого Практического Занятия Проводится Зачет, Как Правило, На Следующем Практическом Занятии Перед Выполнением Последующей Работы.....	5
Общие Сведения	6
Раздел 1 Технология Приготовления Блюد И Кулинарных Изделий Лечебного Питания	6
Тема 1.1 Основы Лечебного И Профилактического Питания	6
Практическое Занятие № 1. Решение Задач, Ситуаций. Составление Таблиц По Ассортименту Диетических Блюд	12
Раздел 2 Технология Приготовления Блюд И Кулинарных Изделий Школьного Питания.....	14
Тема 1. Основы Школьного Питания	14
Практическое Занятие № 2. Расчет Сырья, Составление Тк (Ттк) По Меню Школьного Питания.....	15
Список Литературы	18

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.3/19

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование тем и разделов	Количество часов при очной форме обучения		
	всего	в том числе	
		ЛЗ	ПЗ
Введение	2	-	-
Раздел 1 Технология приготовления блюд и кулинарных изделий лечебного питания	24	12	2
Тема 1.1 Основы лечебного и профилактического питания	24	12	2
Раздел 2 Технология приготовления блюд и кулинарных изделий школьного питания	13	4	2
Тема 2.1 Основы школьного питания	13	4	2
Консультации	-	-	-
Всего по дисциплине	39	16	4

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.4/19

Введение

Рабочей программой дисциплины предусмотрено 4 академических часа на проведение 2 практических занятий.

Целью проведения практических занятий является закрепление теоретических знаний и приобретения необходимых практических навыков и умений по отдельным темам дисциплины. Наряду с формированием умений и навыков в процессе практических занятий обобщаются, систематизируются, конкретизируются и углубляются теоретические знания, вырабатывается способность и готовность применять эти знания на практике, развиваются интеллектуальные умения.

Перед проведением практических занятий обучающиеся обязаны проработать соответствующий материал, уяснить цель занятия, ознакомиться с содержанием и последовательностью его проведения, а преподаватель проверить их знания готовность к выполнению задания.

Выполнение практических занятий способствует формированию у обучающихся:

знаний:

- основные положения нормативной и технологической документацией школьного питания и лечебного питания, учитывающее требований к диетотерапии;
- нормативные акты, регламентирующие использование торгово-технологического оборудования;
- требования к качеству сырья и продуктов по ГОСТ с сертификатами;
- классификацию, устройство, назначение, правила безопасной эксплуатации технологического оборудования.

умений:

- использовать нормативную, технологическую документацию;
- рационально и эффективно организовывать технологический процесс приготовления с применением специальных способов кулинарной обработки пищевых продуктов, применяемых в школьном, диетическом, лечебно–профилактическом питании;
- обеспечивать рациональный подбор и правильную эксплуатацию технологического оборудования, специального инвентаря диетического назначения.
- составлять меню для диет №1, №2, №5, №7, №9, №10, №15 с учетом рациона лечебно- профилактического питания.

профессиональных компетенций:

*Документ управляется программными средствами 1С Колледж
Проверь актуальность версии по оригиналу, хранящемуся 1С Колледж*

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.5/19

ПК 6.1. Осуществлять разработку ассортимента кулинарной и кондитерской продукции, различных видов меню с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания.

Текст выполняемых работ на практических занятиях обучающиеся должны писать ручкой, понятным почерком. Схемы, эскизы, таблицы необходимо выполнять только карандашом с помощью чертежных инструментов.

После каждого практического занятия проводится зачет, как правило, на следующем практическом занятии перед выполнением последующей работы.

На зачете обучающийся должен: знать теорию по данной теме; пояснить, как проводится расчет; уметь проанализировать полученные результаты. Ответить на вопросы для самопроверки.

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.6/19

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

РАЗДЕЛ 1 ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ЛЕЧЕБНОГО ПИТАНИЯ

Тема 1.1 Основы лечебного и профилактического питания

Для решения задач и ситуаций по 1 разделу следует пользоваться Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий диетического питания / Под редакцией Н.М.Чебатуркина – Издательство «Хлебпродинформ», 2002. – 630 с.

При отсутствии данного НТД можно воспользоваться Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2 часть / Под общей редакцией Н.А. Лупея. – Издательство «Хлебпродинформ», 1997. – 560 с. и

Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1 часть / Под редакцией Ф.Л. Марчука. – Издательство «Хлебпродинформ», 1996. – 616 с.находящимся в реестре.

Нормы продуктов массой брутто в рецептурах рассчитаны на стандартное сырье и приведены в Сборнике рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания (1 часть / Под редакцией Ф.Л. Марчука. – Издательство «Хлебпродинформ») 1996 г.

Рекомендательный подход допускается в применении указанных в Сборнике норм отпуска порций блюд (изделий), в том числе соусов и гарниров.

Для картофеля приняты нормы отходов, действующие по 31 октября, для моркови и свеклы - до 1 января. Для другого времени года нужно производить перерасчет расхода овощей, взяв за основу массу нетто как постоянную величину для любого сырья.

При замене одних продуктов другими следует руководствоваться данными, приведенными в таблице «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд». (Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания (1 часть / Под редакцией Ф.Л. Марчука. – Издательство «Хлебпродинформ») 1996 г.).

В некоторых рецептурах указывается два вида жира или один и тот же вид указан дважды. Это значит, что часть жира вводится в блюда в процессе приготовления, а часть - при отпуске.

К блюдам из картофеля хорошо подать дополнительно свежие или соленые огурцы, помидоры, квашеную капусту, соленые, маринованные грибы, закусочные овощные консервы (50-100 г нетто на порцию).

*документ управляется программными средствами 1С коллеж
Проверь актуальность версии по оригиналу, хранящемуся 1С Колледж*

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.7/19

Расход сырья и выход полуфабрикатов зависят от вида рыбы, ее размера и способа разделки. Эти данные приводятся в таблицах Сборника рецептур. Для определения количества общих и пищевых отходов следует пользоваться таблицами.

Нормы отходов при обработке мяса зависят от вида и категории упитанности мяса, у субпродуктов - от их вида и термического состояния, у птицы - от вида птицы, способа обработки и категории упитанности. Для определения выхода полуфабрикатов и расхода сырья при обработке мяса, птицы и субпродуктов следует пользоваться таблицами Сборника рецептур. Нормы вложения продуктов массой брутто в рецептурах рассчитаны на стандартное сырье следующих кондиций: говядина - 1 категории; баранина, козлятина (без ножек) - 1 категории; свинина - мясная; субпродукты (кроме вымени) - мороженые; вымя - охлажденное; сельскохозяйственная птица - полупотрошенная, 2 категории; кролик - потрошенный, 1 категории (Сборник рецептур).

В Сборнике рецептур рекомендованы блюда из говядины, баранины, козлятины (без ножек) 1 категории, свинины мясной, субпродуктов мороженных, вымени охлажденного. При закладке мяса другой упитанности необходимо производить расчет. Расчеты производятся с помощью таблицы «Расчет расхода мяса, выхода полуфабрикатов и готовых изделий».

Расчет сырья для приготовления блюд из птицы и кролика производится аналогично расчету для мясных блюд, при этом следует учесть, что нормы вложения продуктов массой брутто в рецептурах рассчитаны на стандартное сырье следующих кондиций: сельскохозяйственная птица – полупотрошенная II категории, кролик – потрошенный II категории

При закладке птицы другой упитанности необходимо производить расчет, пользуясь таблицей «Расчет сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из птицы сельскохозяйственной».

Закладка продуктов и выход готового блюда указаны в рецептурах рыбы мороженной, крупной (или всех размеров), неразделанной. Исключение составляют: карась океанический, окунь морской, луфарь и бельдюга океанические, треска, зубатка пятнистая (пестрая), мерланг, поступающие потрошеными, без голов, а также осетр, севрюга, белуга, палтус чернокорый и белокорый, поступающие потрошеными, с головой (стр. 3-5 Сборника рецептур).

Если поступает рыба других размеров, надо произвести расчет с помощью таблицы «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыб

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.8/19

с костным скелетом (всех семейств) при использовании сырья и рыбы специальной разделки». При поступлении рыб, обработанных иным способом, чем это предусмотрено в рецептурах, необходимо также произвести перерасчет по вышеуказанной таблице. При отпуске рыбные блюда можно посыпать зеленью петрушки, сельдерея или укропа: 1-3 г нетто на порцию. Специи при варке, при пускании рыбы, добавляют из следующего расчета на порцию: соли - 3 г, перца-горошка - 0,01 г, лаврового листа - 0,01 г, норма корней указана в рецептурах.

Технологические расчеты по группе блюд из круп сводятся к расчету количества воды, крупы и выхода готовой каши различной консистенции. Расчеты производятся по таблице «Количество крупы, жидкости, соли, расходуемое на приготовление каши», помещенной в Сборнике рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.

Следует помнить, что в рецептурах указано только общее количество гарнира, а раскладки на них приведены в разделе «Гарниры». Рецептуры приведены на 1 кг гарнира.

Во всех рецептурах на яичные блюда закладки яиц указана в штуках. При этом вес яиц брутто принят 46 г с 12,5% отходов на скорлупу, стек и потери. Фактический вес яйца может значительно колебаться от 30 до 60 г. Естественно, что при употреблении яиц, вес которых отклоняется от принятого веса (46 г), изменяется выход блюда.

Указанная в рецептуре норма закладки яиц (в штуках) не изменяется, по выход уменьшается или увеличивается в соответствии с фактической массой яиц с помощью коэффициента перерасчета. Яичные блюда представляют собой единственную группу блюд, для которых при изменении кондиций сырья изменяется выход, а не закладка.

Нормы расхода соли, специй для приготовления блюд в рецептурах не указаны. При калькуляции и оформлении технологической карты используют таблицу №28 «Расход соли и специй при приготовлении блюд и изделий» (Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания (1 часть / Под редакцией Ф.Л. Марчука. – Издательство «Хлебпродинформ») 1996 г.).

Зелень (петрушка, укроп, сельдерей) также не указаны в рецептурах, но ее следует добавлять при подаче для улучшения вкуса в количествах, рекомендованных тем или иным разделом Сборника (2-3 г нетто на порцию).

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.9/19

Закладка продуктов и выход готового блюда указаны в рецептурах рыбы мороженной, крупной (или всех размеров), неразделанной. Исключение составляют: карась океанический, окунь морской, лугарь и бельдюга океанические, треска, зубатка пятнистая (пестрая), мерланг, поступающие потрошеными, без голов, а также осетр, севрюга, белуга, палтус чернокорый и белокорый, поступающие потрошеными, с головой (стр. 3-5 Сборника рецептов).

В рецептура супов, соусов, сладких блюд (компоты, кисели и др.), напитков указана норма жидкости с учетом потерь на выкипание.

Рецептуры салатов, винегретов, супов, гарниров, соусов, сладких блюд, большинства напитков, не требующих индивидуального приготовления и оформления, приведены в Сборнике в расчете не 1 кг или л, что позволяет определить выход порции блюда с учетом спроса потребителей и конкретных условий работы предприятий.

Основным, обязательным сырьем является мука (в/с, 1 и реже 2 сорта, пшеничная). Базисная мука может поступать с повышенной или пониженной влажностью, тогда необходимо ее количество уменьшить, или увеличить, на разницу между базисной и фактической, соответственно увеличится или уменьшится норма воды для замеса теста.

В Сборнике включены нормативные материалы, позволяющие определить расход сырья, выход полуфабрикатов и готовых блюд, размеры потерь при тепловой обработке блюд и кулинарных изделий; приведены также таблицы продолжительности тепловой обработки некоторых продуктов.

В Сборнике приводятся рекомендации по отпуску и оформлению блюд, которые могут быть изменены с учетом сложившихся условий работы предприятия.

На изделия, отмеченные в Сборнике звездочкой, даны промышленные рецептуры, и какое-либо изменение не допустимо.

Помимо изложенных основных указаний, приведенных во введении, следует учитывать и дополнительные, помещенные в каждом разделе Сборника.

Для решения задач приведен пример по разделу «Супы».

Техник-технолог, заведующий производством, бригадир, повар супового цеха должны уметь производить расчет сырья для варки первых блюд. Для этого необходимо изучить по Сборнику рецептов:

1. Основные указания, приведенные во введении, а также касающиеся указанной темы;

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.10/19

2.Основные указания, данные в разделе «Супы»;

3.Таблицы;

4.Тему «Приготовление бульона»;

5.Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд.

Рецептуры супов рассчитаны на выход 1000 г. Норма отпускаемой порции может быть 500,400, 300, 250 г - в зависимости от спроса потребителя и типа ПОП.

Задача. Определить закладку сырья для приготовления 200 порций борща сибирского с говядиной в январе. На производстве отсутствует лук свежий, томатное пюре, но имеется сушеный лук, томатная паста с содержанием 27% сухих веществ (выход порции 500 г). Нормы вложения сырья на 1 января с учетом взаимозаменяемости продуктов следующие:

Таблица 1

(По Сборнику рецептов) Борщ сибирский	Брутто (на 1 кг, в г)	Брутто (на 200 порций, в кг)
Свекла	213,3	21,33
Капуста свежая	100	10
Картофель	61,5	6,15
Фасоль	40	4
Морковь	53,3	5,33
Лук репчатый	48	4,8
Томатное пюре	30	3
Кулинарный жир	16	1,6
Чеснок	5	0,5
Сахар	10	1
Уксус 3%	6	0,6
Бульон	800	80
Говядина	110	11

Таблица 2

(По Сборнику рецептов) Бульон костный	Брутто (на 1 кг, в г)	Брутто (на 200 порций, в кг)
Кости пищевые	400	32
Морковь	13,3	1,064
Петрушка	11	0,88
Лук репчатый	12	0,96
Вода	1220	97,60
Перец горошком	0,1	0,01
Лавровый лист	0,04	0,004
Соль	10	1
Зелень (вес нетто)	3	0,3
Сметана	10	1

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.11/19

В рецептурах предусмотрено использование томатного пюре с содержанием 12% сухих веществ. Условием задачи для приготовления борща предусмотрена томатная паста с содержанием 27% сухих веществ. Количество томатной пасты определяется следующим образом: в таблице (в колонке «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд») находим эквивалентный вес - 0,4. Количество томатного пюре умножаем на эквивалентный вес:

$$3 \text{ кг} * 0,4 = 1,2 \text{ кг}$$

Таким образом, для приготовления 200 порций борща сибирского необходимо 1,2 кг томатной пасты с содержанием 27% сухих веществ.

В рецептурах для картофеля приняты нормы отходов, действующие по 31 октября, а для моркови и свеклы - до 1 января. Нормы закладки овощей в январе определяются с учетом веса нетто согласно рецептуре и нормам отходов, которые находим в таблице. Отходы для свеклы, моркови в январе составляют 25%, для картофеля - 35%.

Вес нетто овощей выражаем в процентах. На 1 кг, т.е. 2 порции борща, необходимо 160 г свеклы, на 200 порций - $160 * 100 = 16000 \text{ г}$ или 16 кг.

$$16 \text{ кг} - 75\%$$

$$X \text{ кг} - 100\%$$

$$X = (16 * 100) / 75 = 21,33 \text{ кг} - \text{вес брутто свеклы}$$

Вес нетто картофеля на 1 кг борща, т.е. 2 порции, составляет 40 г, на 200 порций - $40 * 100 = 4 \text{ кг}$ - вес нетто.

$$4 \text{ кг} - (100\% - 35\%)$$

$$X \text{ кг} - 100\%$$

$$X = (4 * 100) / 65 = 6,15 \text{ кг} - \text{вес брутто картофеля.}$$

Для определения количества сухого лука прежде всего находим вес брутто в свежем виде: $4,8 \text{ кг} + 0,96 \text{ кг} = 5,76 \text{ кг}$. Узнаем эквивалентный вес лука сухого - 0,14 (в таблице Сборника рецептов):

$$5,76 * 0,14 = 806 \text{ г.}$$

Для приготовления 200 порций борща сибирского нужно 806 г лука репчатого сухого.

Количество специй в рецептуре не указано. Их количество определяется из основных указаний, приведенных в разделе «Супы». Норма специй указана на 1 кг супа, т.е. 2 порции. Например, перец горошком 0,1 г на 1 кг супа, а на 200 порций, т.е.

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.12/19

100 кг, нужно $0,1 * 100 = 10$ г или 0,01 кг. Таким же образом производится расчет и других специй.

Количество сметаны определяется с помощью таблицы из Сборника рецептур. Согласно таблицы «Нормы закладки продуктов на 1 порцию супа» норма закладки сметаны на 1 порцию весом 500 г - 10 г. На 200 порций супа нужно $10 * 200 = 2$ кг сметаны.

Практическое занятие № 1 Решение задач, ситуаций. Составление таблиц по ассортименту диетических блюд

Цель занятия:

- формировать умение работать с НТД, производить замену сырья, делать перерасчет на другую кондицию сырья и выход готовых изделий;
- воспитывать аккуратность, чистоплотность, ответственность;
- расширять кругозор, творческие способности.
- формирование компетенций: ПК 6.1.

Необходимые материалы и данные:

- плакаты, муляжи;
- Сборники рецептур, таблица взаимозаменяемости;
- калькуляторы;
- письменные принадлежности.

Содержание и порядок выполнения задания:

Произвести решение предложенных задач, используя таблицы Сборника рецептур блюд.

Письменно ответьте на вопросы.

Содержание отчета:

Номер, название работы

Цель практического занятия

Номер варианта

Исходные данные

Выполненное задание

Ответы на вопросы для самопроверки

Список используемых источников

*Документ управляется программными средствами 1С Колледж
Проверь актуальность версии по оригиналу, хранящемуся 1С Колледж*

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.13/19

Дата и подписи обучающегося и преподавателя.

Задача № 1. Определить набор сырья для приготовления 20 порций биточков рубленых из птицы, если на производство поступили куры потрошенные 1 категории.

Задача № 2. Определить набор сырья для 80 порций с выходом 1/500г блюда «Суп картофельный» для приготовления в марте месяце. Дать технологию приготовления и рекомендации по приготовлению, расчет для столовой больницы.

Задача № 3. Определите калорийность каши манной с маслом 1/200/20.

Задача № 4. Определите набор сырья для приготовления соуса сметанного для 100 порций блюда «Бефстроганов из отварного мяса». Выпишите технологию приготовления и подберите гарнир.

Задача № 5. Определить набор сырья для приготовления маринада овощного с томатом, используемого для приготовления 100 порций блюда «Жареная рыба под маринадом» (по 2-ой колонке Сборника рецептур).

Задача № 6. Сколько макарон необходимо взять, чтобы приготовить 50 порций 1/200 блюда «Макароны отварные с соусом и сыром». Дайте рекомендации по варке макарон и подаче блюда.

Задача № 7. Рассчитайте количество мяса говядины (Мб) для приготовления 50 порций блюда «Мясо отварное».

Выпишите:

- части мяса для варки;
- правила варки, порционирование;
- гарнир, соус.

Задача № 8. Рассчитайте необходимое количество крахмала для приготовления 100 порций «Киселя из земляники» 1/200, составьте схему технологического процесса и подачу.

Контрольные вопросы:

1.Как рационально и эффективно организовать технологический процесс приготовления с применением специальных способов кулинарной обработки пищевых продуктов, применяемых в диетическом, лечебно – профилактическом питании?

2.Произведите рациональный подбор и правильную эксплуатацию технологического оборудования, специального инвентаря диетического назначения для приготовления рациона.

*Документ управляется программными средствами 1С Колледж
Проверь актуальность версии по оригиналу, хранящемуся 1С Колледж*

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.14/19

Домашнее задание:

1.Стр. 447- 457.

2.Составить дневной рацион для одной из диет (по Вашему усмотрению).

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

РАЗДЕЛ 2 ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ

Тема 1. Основы школьного питания

Для решения задач и ситуаций по 2 разделу следует пользоваться

Сборником технических нормативов. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под общей редакцией М.П. Могильного. – Издательство «ДеЛи принт», 2007. – 628 с.

При отсутствии данного НТД можно воспользоваться Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2 часть / Под общей редакцией Н.А. Лупея. – Издательство «Хлебпродинформ», 1997. – 560 с. и

Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1 часть / Под редакцией Ф.Л. Марчука. – Издательство «Хлебпродинформ», 1996. – 616 с. находящимся в реестре.

Принцип решения задач такой же, как и в предыдущих разделах.

Приведем пример решения задач по теме «Крупы».

Технологические расчеты по группе блюд из круп сводятся к расчету количества воды, крупы и выхода готовой каши различной консистенции. Расчеты производятся по таблице «Количество крупы, жидкости, соли, расходуемое на приготовление каши», помещенной в Сборнике рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.

Задача 1. Определить количество воды и соли, выход рассыпчатой каши из 30 кг пшена.

Решение. Для решения данной задачи пользуемся таблицей «Количество крупы, жидкости, соли, расходуемое на приготовление каши». Согласно таблице, для приготовления рассыпчатой каши на 1 кг пшена нужно 1,8 кг воды, 25 г соли. Выход каши составляет 2,5 кг.

На 30 кг крупы нужно:

$$1,8 \text{ кг} * 30 = 54 \text{ кг воды}$$

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.15/19

$$25 \text{ г} * 30 = 750 \text{ г соли}$$

Выход каши составляет:

$$2,5 \text{ кг} * 30 = 75 \text{ кг}$$

Задача 2. Сколько порций рассыпчатой каши можно приготовить из 50 кг гречневой крупы?

Решение. Сначала узнаем, сколько крупы нужно на одну порцию каши. На 1000 г каши нужно 476 г крупы, а на 250 г каши - X г крупы:

$$X = (250 * 476) / 1000 = 119 \text{ г.}$$

На 1 порцию каши нужно 119 г крупы. Затем определяем количество порций каши:

$$50000 \text{ г} / 119 \text{ г} = 420 \text{ порций.}$$

Практическое занятие № 2 Расчет сырья, составление ТК (ТТК) по меню школьного питания

Цель занятия:

- формировать умения по составлению меню и ТТК, расчету норм сырья, калорийности;
- воспитывать бережное отношение к учебной литературе, аккуратность, ответственность, творческое отношение к оформлению.
- формирование компетенций: ПК 6.1.

Необходимые материалы и данные:

- плакаты, муляжи;
- сборники рецептур, таблица взаимозаменяемости;
- калькуляторы;
- письменные принадлежности.

Содержание и порядок выполнения задания:

Произвести решение задач, используя таблицы «Сборника рецептур блюд».
Письменно ответьте на вопросы.

Содержание отчета:

Номер, название работы

Цель практического занятия

Номер варианта

Исходные данные

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.16/19

Выполненное задание

Ответы на вопросы для самопроверки

Список используемых источников

Дата и подписи обучающегося и преподавателя.

Задача № 1. Определить набор сырья для приготовления супа молочного с рисом в количестве 150 порций 1/250. Выписать ассортимент молочных супов для школьного питания.

Задача № 2. Сколько порций манной каши вязкой можно планировать в меню, если на производстве 6,7 кг манной крупы? Какие продукты, и в каком количестве необходимо взять для ее приготовления? Дайте рекомендации по подготовке сырья и подачи, ассортимент.

Задача № 3. Определите нормы сырья для приготовления 60 порций 1/100 «Картофельного пюре с морковью» (декабрь). Составьте ТТК па блюдо, рассчитайте калорийность порции.

Задача № 4. Составьте комплексный обед для младших классов и произведите расчет норм сырья. Составить заявку на склад для получения сырья (по форме).

Задача № 5. Повару школьной столовой необходимо приготовить 450 порций тефтелей рыбных и подать с рисом отварным и соусом сметанным с томатом. Какое количество сырья требуется для их приготовления, если на производство поступил сом мелкий?

Задача № 6. Определить набор сырья для приготовления 100 бутербродов с колбасой вареной, выход 1/60 г

Задача № 7. Определите закладку сырья для отпуска 120 порций «Черники свежей с сахаром», выход порции 150/15, выпишите технологию приготовления и правила оформления и подачи.

Контрольные вопросы:

1. Чем отличается диетическое питание от школьного?

2. Произведите рациональный подбор и правильную эксплуатацию технологического оборудования, специального инвентаря для организации приготовления блюд школьного питания.

Домашнее задание:

1. Повторить тему «Школьное питание».

*Документ управляется программными средствами 1С Колледж
Проверь актуальность версии по оригиналу, хранящемуся 1С Колледж*

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.17/19

2. Составить меню дневного рациона для школьников (4 приема пищи).

3. Оформить ТТК на новое блюдо.

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.18/19

Список литературы

Виды источников	Наименование рекомендуемых учебных изданий
Основные	Зименкова, Ф. Н. Питание и здоровье [Электронный ресурс]: учебное пособие / Ф. Н. Зименкова. - М.: Прометей, 2023. УБ ONLINE.
	Богушева В.И. Технология приготовления пищи .-Изд.2-е.-Ростов н/Д:Феникс,2022.-374 с
	Технология продукции общественного питания [Электронный ресурс]: учебник / А. С. Ратушный, Б. А. Баранов, Т. С. Элиарова; ред. А. С. Ратушный. - М.: Дашков и К°, 2023. УБ ONLINE
	Радченко Л. А. Организация производства на предприятиях общественного питания. – Ростов н/Д : Феникс, 2023
Дополнительные	Золин В.П. Технологическое оборудование предприятий общественного питания/ В. П. Золин. – М.: Издательский центр «Академия», 2010.- 248 с..
	ГОСТ Р 30390-2013 «Услуги общественного питания. Продукция общественного питания, реализуемая населению. Общие технические условия» (01.01.16)
	ГОСТ 31985-2013. Услуги общественного питания. Термины и определения. (01.01.15)
	ГОСТ Р 30524-2013 «Услуги общественного питания. Требования к персоналу» (01.01.16)
	ГОСТ Р 31986-2012 «Услуги общественного питания. Метод органолептической оценки качества продукции общественного питания» (01.01.15)
	ГОСТ Р 31987-2012 «Услуги общественного питания. Технологические документы на продукцию общественного питания. Общие требования к оформлению, построению и содержанию»(01.01.15)
	ГОСТ Р 31988-2012 «Услуги общественного питания. Метод расчета отходов и потерь сырья и пищевых продуктов при производстве продукции общественного питания» (01.01.15)
	ГОСТ Р 55889-2013 Услуги общественного питания. Система менеджмента безопасности продукции общественного питания. Рекомендации по применению ГОСТ Р ИСО 22000-2007 для индустрии питания
	ГОСТ 30389-2013 Услуги общественного питания. Предприятия общественного питания. Классификация и общие требования (01.01.16)
	ГОСТ 32692-2014 Услуги общественного питания. Общие требования к методам и формам обслуживания на предприятиях общественного питания (01.01.16)
	ГОСТ 31984-2012. Услуги общественного питания. Общие требования. (01.01.15)
	ГОСТ Р 54609-2011. Услуги общественного питания. Номенклатура показателей качества продукции общественного питания.
	ГОСТ Р 55323-2012. Услуги общественного питания. Идентификация продукции общественного питания. Общие положения. (01.01.14)
Виды источников	Наименование рекомендуемых учебных изданий
Нормативно-технологическая документация	СанПиН 2.3.6. 1079-01 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья.
	СанПиН 1.1. 1058-01 Организация и проведение производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемиологических мероприятий. С изменениями и дополнениями
	СанПиН 2.3.2. 1324-03 Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов.

МО-43 02 15-ОП.12.ПЗ	КМРК БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»	
	ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ	С.19/19

Виды источников	Наименование рекомендуемых учебных изданий
	СанПиН 2.3.2.1078-01 Гигиенические требования к качеству и безопасности пищевых продуктов.
	Сборник нормативных и технических документов, регламентирующих производство кулинарной продукции / Под общей редакцией В.Т. Лапиной. – Издательство «Хлебпродинформ», 2006. – 784 с.
	Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1 часть / Под редакцией Ф.Л. Марчука. – Издательство «Хлебпродинформ», 1996. – 616 с.
	Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2 часть / Под общей редакцией Н.А.Лупея. – Издательство «Хлебпродинформ», 1997. – 560 с.
	Сборник технических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников, / Под общей редакцией М.П. Могильного. – Издательство «Делипринт», 2007. – 628 с.
	Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий диетического питания / Под редакцией Н.М.Чебатуркина – Издательство «Хлебпродинформ», 2002. – 630 с.
	Указ президента РФ от 30.01.2010 № 120 «Об утверждении доктрины продовольственной безопасности РФ»
	Федеральный закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов» от 02.01.2000 ФЗ-29.
	Федеральный закон «О защите прав потребителей» с изменениями и дополнениями от 03.07.2016N 265-ФЗ.
	Федеральный закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30.03.1999 № 52-ФЗ (с изменениями и дополнениями)
	Харченко Н.Э. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий: уч / Н.Э. Харченко. - М., 2016. - 512 с.
	Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. – М.: А.С.К., 2007
Электронные образовательные ресурсы	Интернет сайты: http://base.garant.ru/ , http://www.consultant.ru https://rg.ru , http://docs.cntd.ru/ , http://ohranatruda.ru/ http://st.vstu.by/ http://www.internet-law.ru/
	ЭБС «Book.ru», https://www.book.ru
	ЭБС «ЮРАЙТ» https://www.biblio-online.ru
	ЭБС «Академия», https://www.academia-moscow.ru
	Издательство «Лань», https://e.lanbook.com
	Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн», https://www.biblioclub.ru
Периодические издания	Журнал «Стандарты и качество». Журнал «Ресторанные ведомости».