

Министерство образования Кузбасса

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЛЕНИНСК-КУЗНЕЦКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»

СОГЛАСОВАНО  
Начальник УО  
  
Т.В. Евстифеева  
«    » 2021 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
  
И.Ю. Вершинин  
«    » 2021 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**профессиональных проб**  
**по профессии «Повар»**

Ленинск-Кузнецкий 2021

## Содержание

	стр.
1. Паспорт программы	3
2. Содержание программы	4
2.1 Введение	4
2.2 Постановка задания	6
2.3 Выполнение задания	8
2.4 Контроль и оценка	14
3 Инфраструктурный лист	16
4 Список использованных источников	18

## 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование профессионального направления: Повар.

Автор программы: Моисеева Ирина Владимировна, преподаватель.

Контакты автора: Кемеровская область - Кузбасс, г. Ленинск-Кузнецкий,

e-mail: moiseeva266@rambler.ru, телефон: 89089408506

Уровень сложности	Формат проведения	Время проведения	Возрастная категория	Доступность для участников с ОВЗ
Ознакомительный	Очный. Программа может реализовываться с использованием дистанционных технологий и электронных форм обучения.	90 минут	6,7,8,9,10,11 классы	Возможность проведения пробы в смешанных группах «участники без ОВЗ + участники с ОВЗ» Нозальная группа - 4

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Введение

Проблема подготовки школьников к жизненному и профессиональному самоопределению в современных социально-экономических условиях становится все более актуальной. Наиболее не подготовленными к рыночным отношениям оказались выпускники общеобразовательных школ, специальных средних и высших учебных заведений. Одной из основных причин этого является отсутствие целенаправленной профессиональной ориентации на всех возрастных этапах в системе непрерывного образования. Одним из способов решения указанных проблем является организация и проведение профессиональных проб.

Анализ рынка труда города Ленинска - Кузнецкого показал, что количество предприятий общественного питания с каждым годом увеличивается и востребованность профессии «Повар» повышается среди выпускников школ с каждым годом, имеется постоянный спрос на этот вид деятельности.

Для повара актуальны:

- навыки обработки и нарезки сырья;
- уверенное знание технологического оборудования и процессов приготовления блюд;
- умение разбираться в качестве и свежести мяса, рыбы, овощей и фруктов;
- знание способов сокращения потерь и сохранения питательной ценности продуктов при их тепловой обработке;

- навыки приготовления блюд русской, европейской, кавказской, азиатской кухни;
- знание правил Санэпиднадзора;
- умение быстро и точно определять нужное количество жидкости, сыпучих продуктов, специй.

В наш век высоких технологий существуют и роботы-повара. Один из них работает в ресторане японского города Нагойя. Этому робота зовут Fua-Men, он может не только мыть посуду и шинковать овощи, но и готовить основные блюда. Повар Fua-Men способен за смену произвести до 80 комплексных обедов.

Во всём мире распространено мнение, что самые лучшие повара — это мужчины. Некоторые специалисты объясняют это тем, что сильный пол более основательно вникает в курс дела. Кроме того, научно доказано, что у женщин температура рук на два градуса выше, чем у мужчин. По этой причине представительниц прекрасной половины человечества в Японии не допускают к приготовлению суши и десертов.

## **2.2. Постановка задачи**

### **Общая формулировка задания:**

Оформить овощную нарезку. Простая нарезка овощей, которой может воспользоваться абсолютно любая хозяйка, при приготовлении различных блюд включает в себя следующие формы нарезки овощей, которые мы подробно рассмотрим ниже: брусочки, соломка, кубики, ломтики, кружочки. Нарезают в домашнем хозяйстве маленькими и средними по размеру ножами. Организовать сервировку стола для подачи блюда с использованием салфеток и приборов.

### **Демонстрация финального результата, продукта:**



### **2.3. Выполнение задания**

#### **Пошаговая инструкция:**

- подготовить сырьё;
- подготовить инструменты и инвентарь;
- подготовить посуду для оформления;
- подготовить посуду для сервировки.

#### **Рекомендации по нарезке:**

Выделяют два основных способа нарезки овощей:

- ручную (с помощью ножей);
- механический (на терках или овощерезательных машинах).

Если требуется измельчить небольшое количество овощей, можно использовать нож. Подойдет как металлический, так и керамический кухонный инструмент. Возьмите специальный ножик для овощей и фруктов. Длина его лезвия – 8 см. Заменить его может универсальный нож с режущей частью 12 см.



Инструмент должен быть обязательно хорошо заточен. После нарезки одного вида овощей, нужно промывать и насухо протирать ножи, прежде чем приступить к нарезке следующего вида.

## **Формы нарезки овощей**

### **Нарезка Соломка**

Вариант нарезки, который в основном применяется для всех видов овощей (картофель, морковь, свекла). Овощи нарезают на тонкие пластинки, а затем – на тонкую соломку. Ширина реза должна быть примерно равна ширине пластинок, то есть 0,5 сантиметра.



### **Нарезка Брусочик**

Нарезают брусочками такие овощи: картофель, морковь, свеклу. Кулинарное использование: для жарки во фритюре как гарнир к различным мясным блюдам. Также используется при приготовлении супов, борщей и различных бульонов с овощами. Картофель и другие корнеплоды брусочками нарезают следующим образом: сначала режут их на толстые пластинки, затем их нарезают на брусочки. Форма нарезки овощей брусочками весьма популярна, например, мы часто её используем, когда нарезаем картошку для жарки.



### **Нарезка Ломтики**

Ломтиками обычно нарезают свеклу, морковку и картошку, как сырые, так и варёные овощи на различные блюда. Картофель и корнеплоды нарезают ломтиками, разрезая сначала овощи на две или же четыре части вдоль (в зависимости от размера овоща), после чего каждую полученную часть нарезают на ломтики.



## **Нарезка Кружочки**

Кружочками нарезают картофель, морковь. Нарезают таким образом, как сырые, так и отваренные овощи на гарнир к основным блюдам, а также на супы и борщи. Для нарезки овощей кружочками сначала у картофеля и корнеплодов нужно срезать тонкий слой, затем придаём овощам форму цилиндра и нарезаем на кружочки. Чтобы кружочки были примерно одинаковые при нарезке, выбирайте овощи приблизительно одинаковые по размерам.



## **Нарезка Кубики**

Нарезают кубиками овощи: морковку, картофель, лук репчатый, зелень (сельдерей, петрушку, укроп).

Используют это вид нарезки овощей в кулинарии при приготовлении супов, окрошки, щей, на гарнир к горячим мясным блюдам, как украшение для холодных и горячих блюд.

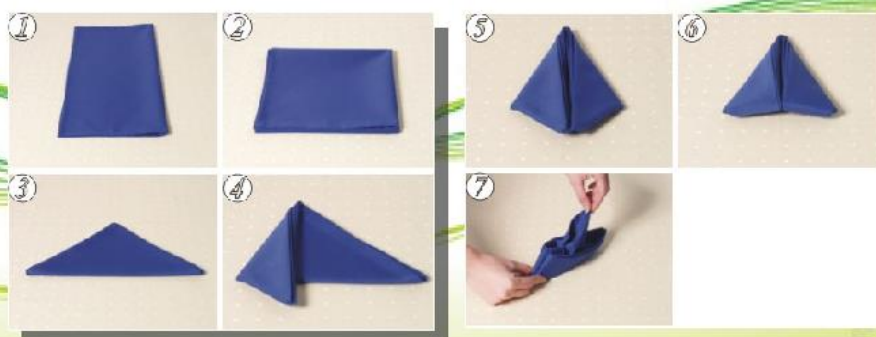
Кубиками картофель нарезают сначала на пластинки, которые затем нарезают брусочками, после чего эти брусочки режут на кубики. Нарезать кубиками корнеплоды можно различных размеров, в зависимости от типа блюда: кубики могут быть мелкие, средние или же крупные.



**Рекомендации по складыванию салфеток:**

## «Джонка»

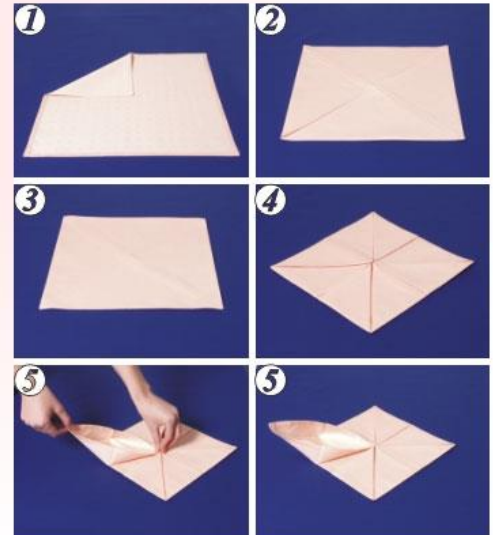
1. Салфетку сложите пополам (сгиб справа).
2. Прямоугольник сложите еще раз пополам.
3. Нижнюю половину согните по диагонали вверх.
4. Левый угол загните вперед. Правый угол так же за
5. Оба выступающих угла подогните назад.
6. Сложите салфетку по продольной оси назад.
7. Придерживая рукой отогнутые углы, выдергиваем по очереди края салфетки «паруса».



# Королевская лилия



1. Исходная форма салфетка лежит лицевой стороной вниз.
2. Загните по очереди все ее углы к центру.
3. Переверните салфетку.
4. Снова загните ее углы к центру.
5. Придерживая в центре углы, выдерните снизу уголки, чтобы они образовали «лепестки».



## 2.4. Контроль и оценка

Характеристика готового блюда или кулинарного изделия:

**Внешний вид:** Мясные продукты нарезаны ломтиками, выложены в порционную посуду на листья салата Латук. Украшены веточкой свежей зелени петрушки. Отдельно в соусниках — хрен и горчица.

**Консистенция:** Мясные продукты сохраняют свойственную им структуру, легко режутся.

**Запах и вкус:** Цвет и запах — свойственны качественным мясным продуктам, свежей зелени, соусам.

Салфетки должны быть чистыми, накрахмалены и хорошо отглажены.

### **Рекомендации для наставника по контролю результата, процедуре оценки**

- Предоставление подробной информации по содержанию работы;
- прояснение заданий;
- контроль за выполнением работы;
- оказание помощи в выполнении задания;
- обучение в процессе работы;
- обратная связь.

Для осмысления опыта, полученного в ходе профпробы, участнику предлагаются следующие вопросы:

- 1) Что входило в содержание пробы?
- 2) Удалось ли проявить инициативу в процессе пробы?
- 3) Что вы увидели в действиях сверстников, также выполнявших работу?
- 4) Какой продукт удалось получить в процессе прохождения пробы?
- 5) Кто может являться потребителем такого продукта?
- 6) Сколько стоит произведенная работа в денежном эквиваленте (если уместно)?
- 7) Какие новые знания, умения и навыки были приобретены?

- 8) Какие проблемы имеются у представителей данной профессии, специальности?
- 9) Возможна ли перспектива выполнения таких или схожих действий?
- 10) Что изменилось в наших представлениях о себе и жизненных планах после прохождения пробы?



### 3. ИНФРАСТРУКТУРНЫЙ ЛИСТ

Наименование	Рекомендуемые технические характеристики с необходимыми примечаниями	Количество	На на 1 чел.	Степень необходимости (необходимо/ опционально)
Стол производственный	Стол Hessen СП 15/16 нерж.тип открытый, борт дп, оснащение - полка. Ширина 1500мм, глубина 600мм, высота 870мм. Каркас выполнен из оцинкованной стали, столешница - из пищевой нержавеющей стали с укреплением из ламинированного ДСП.	3	3	необходимо
Весы настольные электронные (профессиональные)	Наибольший предел взвешивания не менее 3кг наименьший предел взвешивания не более 5г	1	1	необходимо
Стеллаж 4-х уровневый	1150x500x1600 , 4 полки, нержавеющей. сталь	1	1	необходимо
Ванна моечная Hessen 15*6/5 оцинкованная	Размеры (ДхШ) 480*480Ммм, глубина 30мм, высота 870мм. С левой и правой раковиной.	1	1	необходимо
Тарелка круглая белая плоская	Диаметром от 30 до 32 см, без декора с ровными полями	2	2	необходимо
Соусник	50 мл, керамический или металлический, одинаковые для всех участников.	1	1	необходимо
Набор разделочных досок, пластиковые	Минимальные размеры Н=18,L=600,B=400мм; жёлтая, синяя,	6	6	необходимо

	зелёная, красная, белая, коричневая. Не меньше этих размеров			
Набор кухонный ножей (поварская тройка)	Материал нержавеющая сталь, длина лезвия 99 мм, 150мм, 208 мм.	1	1	необходимо
Салфетки	Материал – полотняная	5	5	необходимо

#### 4. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

Основные источники:

1. Богушева, В.И. Технология приготовления пищи [Текст]: учебно-методическое пособие / В.И. Богушева. – изд. 3-е, стер. – Ростов н/Д: Феникс, 2012. – 374 с.
2. Радченко, Л.А. Организация производства на предприятиях общественного питания [Текст]: учебник / Л.А. Радченко. – изд. 12-е, испр. и доп. – Ростов н/Д: Феникс, 2012. – 373 с.
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания [Текст]: под ред. Ф.Л. Марчук. – М.: Изд. «Хлебпродинформ», 1996. – 619 с.
4. Харченко, Н.Э. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий [Текст]: учеб. пособие для нач. проф. образования / Н.Э. Харченко. – 2-е изд., стер. – М.: Изд. центр «Академия», 2007. – 496 с.