



«Утверждаю»

«Калининский ПНИ»

С.А. Кузьмин

20 23 г.

Рабочая программа кружка

«Люблю готовить»

Пояснительная записка.

Занятия кружка по кулинарии «Люблю готовить», его работа, поможет подготовить получателей социальных услуг к преодолению трудностей социализации. Тренировочная кухня - это особая технология, которая создает специальную обучающую среду для социально-бытовой адаптации и социально-средовой ориентации граждан с различными видами ограничений жизнедеятельности.

Цель кружка направлена не только на формирование необходимых умений и навыков у проживающих, но и на подготовку к самостоятельной жизни и деятельности в естественном социальном окружении.

Цель программы:

Обучение получателей социальных услуг интерната приготовлению здоровой питательной пищи из доступных продуктов, дать знания о рациональном питании, воспитать вкус к здоровой пище.

Программа обучения направлена на знакомство с историей кулинарии, основами рационального питания. Обучающиеся получают первоначальные знания и навыки приготовления несложных блюд закусок, первых и вторых блюд, салатов.

Материально-техническое оснащение

Для реализации данной программы оборудована тренировочная кухня. Она оборудована системами хозяйственного питьевого, противопожарного и горячего водоснабжения, канализацией и водостоками. Помещение имеет естественное освещение и хорошо проветривается. В наличии имеется необходимое оборудование: плита электрическая с жарочным шкафом, холодильник, миксер, мясорубка, набор столовой мебели (столы кухонные); шкафы для посуды; доски деревянные разделочные; сушилки для тарелок; посуда: кастрюли, сковороды, тарелки, ложки, набор чайной посуды, ведро эмалированное, чайники заварные, набор ножей, столовый сервиз, чайник; косынки, фартуки; моющие средства.

Содержание рабочей программы

Наименование темы	Форма занятия	Содержание	Дата выполнения	Ответственный
Вводное занятие	Беседа	Правила безопасности кулинарных работ. Правила санитарии и гигиены.	Понедельник, вторник. 15.00-16.00	Трудоинструкторы: Иванова З.С.; Андреева Н.Н.

Сервировка стола.	Инструктаж. Практическое занятие.	Правила сервировки стола к завтраку, обеду, ужину и чаю. Назначение столовых приборов. Сервировка стола.	Понедельник, вторник. 15.00-16.00	Трудоинструкторы: Иванова З.С.; Андреева Н.Н.
Бутерброды.	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация.	Виды бутербродов, приёмы оформления бутербродов. Изготовление открытых, закрытых и горячих бутербродов. Сервировка стола к чаю	Понедельник, вторник. 15.00-16.00	Трудоинструкторы: Иванова З.С.; Андреева Н.Н.
Витамины. Овощные салаты.	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	Первичная и тепловая обработка овощей. Салаты из моркови, капусты, картофель отварной, жаренный, картофельное пюре.	Понедельник, вторник. 15.00-16.00	Трудоинструкторы: Иванова З.С.; Андреева Н.Н.
Способы обработки пищевых продуктов.	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	Приготовление паровых блюд: суфле морковно-яблочное, яичный омлет.	Понедельник, вторник. 15.00-16.00	Трудоинструкторы: Иванова З.С.; Андреева Н.Н.
Заготовка продуктов впрок.	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	Условия сохранения скоропортящихся продуктов. Заготовка продуктов впрок: квашение капусты, варенье из ягод.	Понедельник, вторник. 15.00-16.00	Трудоинструкторы: Иванова З.С.; Андреева Н.Н.
Холодные закуски.	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	Разнообразие вариантов приготовления закусок: правильная нарезка колбасы, твердого сыра, приготовление закуски.	Понедельник, вторник. 15.00-16.00	Трудоинструкторы: Иванова З.С.; Андреева Н.Н.
Блюда из мяса.	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	Виды мясных продуктов. Виды из полуфабрикатов из рубленного мяса.	Понедельник, вторник. 15.00-16.00	Трудоинструкторы: Иванова З.С.; Андреева Н.Н.

Молоко и молочные продукты.	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	Приготовление молочного супа.	Понедельник, вторник. 15.00-16.00	Трудоинструкторы: Иванова З.С.; Андреева Н.Н.
Растительные продукты питания.	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	Приготовление блюд из пищевых растений : картофельные и кабачковые оладьи, капустные котлеты.	Понедельник, вторник. 15.00-16.00	Трудоинструкторы: Иванова З.С.; Андреева Н.Н.
Блюда из яиц.	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	Приготовление блюд из яйца: яйцо в мешочек, омлет с зелёным луком.	Понедельник, вторник. 15.00-16.00	Трудоинструкторы: Иванова З.С.; Андреева Н.Н.
Первые блюда.	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	Виды супов, последовательность закладки продуктов в суп. Приготовление куриного бульона, борщ, гороховый суп.	Понедельник, вторник. 15.00-16.00	Трудоинструкторы: Иванова З.С.; Андреева Н.Н.
Вторые блюда	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	Приготовление гречневой каши с мясом, макароны с сыром.	Понедельник, вторник. 15.00-16.00	Трудоинструкторы: Иванова З.С.; Андреева Н.Н.
Различные мучные блюда	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	Выпечка блинов, оладий, пирожков, пиццы.	Понедельник, вторник. 15.00-16.00	Трудоинструкторы: Иванова З.С.; Андреева Н.Н.
Особенности национальной кухни.	Инструктаж. Практическое занятие. Дегустация	Традиции в сервировке, подаче блюд. Приготовление пельменей, вареников, картофель с луком.	Понедельник, вторник. 15.00-16.00	Трудоинструкторы: Иванова З.С.; Андреева Н.Н.