**Задание 1. Технология приготовления какао/шоколада. Особенности подачи, отпуск, требования к качеству**

Какао и шоколад получают из бобов тропического шоколадного дерева. Внутри плода (боба) какао содержатся семена, обладающие горьким, вяжущим вкусом и характерным ароматом.

Собранные семена освобождают от мякоти и подвергают ферментации в течение 2—7 сут. За этот период в результате сложного биохимического процесса они приобретают коричневую окраску, приятные аромат и вкус. Высушенное зерно какао содержит воды 4—6%, жира (масло какао) — 51—54, крахмала — 7—10, алкалоидов (теобромина и кофеина) — 1—1,5%, а также дубильные вещества, кислоты, минеральные соединения [3, c.390].

Семена какао очищают, сортируют и. подвергают термической обработке. После этого их дробят и получают крупку. Для получения какао-порошка крупку надо тонко измельчить. Тонкому размолу препятствует высокое содержание жира. Поэтому из крупки вначале отпрессовывают большую часть масла, а жмых размалывают. Для получения какао-порошка тончайшего размола используют специальные машины. Частицы такого порошка не оседают при изготовлении напитка. Кроме того, чтобы еще больше уменьшить оседание порошка, его обрабатывают щелочами, углекислым аммонием или питьевой содой. Такой какао-порошок называют иногда "растворимым", но правильнее называть его "препарированным", так как он не растворяется при заварке, а только меньше оседает.

Непрепарированный какао-порошок имеет цвет от светло-коричневого до темно-коричневого, а обработанный щелочами приобретает красноватый оттенок. В какао-порошке содержится 14—20% жира, около 20% белков, 40% углеводов и другие питательные вещества. Возбуждающее действие напитка обусловлено алкалоидом теобромином [3, c.391].

***Какао с молоком.*** Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют немного кипятка (100—150 мл на 1 л напитка), хорошо размешивают и при помешивании вливают горячее молоко. Соотношение воды и молока можно изменять.

***Какао со сливками.*** Готовят так же, как и с молоком.

***Какао с желтками.*** Яичные желтки растирают *с* сахаром и при непрерывном помешивании постепенно разводят какао, приготовленным с молоком или сливками, охлажденным до 35—40°С. Затем напиток нагревают, не доводя до кипения (65—70°С), слегка взбивают и разливают в чашки.

***Какао с мороженым.*** Готовят какао с молоком и сахаром, охлаждают, разливают в стаканы или бокалы и сверху кладут мороженое.

Шоколад получают путем соответствующей технологической переработки какао-бобов, которые могут быть смешаны с молочными продуктами, сахарами и (или) сахарозаменителями и другими добавками.

Для приготовления напитка используют порошок шоколада, который отличается от какао-порошка большим содержанием жира, или готовый плиточный шоколад, который крошат либо измельчают на терке.

***Шоколад с молоком.*** Порошковый шоколад смешивают с сахаром, разводят небольшим количеством кипятка и доливают горячее молоко. При использовании плиточного шоколадсахара берут меньше.

***Шоколад со взбитыми сливками.*** Приготовленный шоколад охлаждают, разливают в стаканы или фужеры, сверху кладут взбитые с сахаром и пудрой сливки (35%-й жирности).

***Шоколад гляссе с ликером.*** Готовый шоколад охлаждают до 10—14°С, доливают ликер, сверху кладут взбитые сливки [3, c.391].

**Задание 2. Рассчитать сырьё для приготовления 40 порций блинчиков с мясом**

Расчет количества сырья и продуктов, необходимых для приготовления блюд, производится на основании плана-меню и Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий.

**Тесто для блинчиков.** Яйца, соль, сахар растирают, добавляют холодное молоко (50 % нормы), всыпают просеянную муку и взбивают до получения однородной массы, постепенно добавляя оставшееся молоко. Готовое жидкое тесто процеживают через сито. На 1 кг муки используют 2,5 л жидкости.

Мука 270, молоко 678, яйца 54, сахар 16, соль 5 Выход теста 1000 г.

**Выпечка блинчиков.** Выпекают блинчики на сковородах диаметром 24–26 см, смазанных жиром и хорошо разогретых. Налитое мерной ложкой тесто поворачиванием сковороды разравнивают по всей её поверхности и обжаривают с одной стороны до образования поджаристой корочки. Затем блинчики снимают со сковороды, складывают стопками и хранят до фарширования в охлаждаемом месте. На крупных предприятиях общественного питания блинчики выпекают на вращающихся жаровнях типа ВЖШ-675, при этом тесто делают гуще.

*Формовка.* На поджаренную сторону блинчика кладут фарш (творожный, мясной, субпродуктовый и др.), завертывают в виде прямоугольных плоских пирожков.

*Жарка.* Обжаривают блинчики с обеих сторон на разогретых с жиром противнях или сковородах до образования румяной корочки, доводят до готовности в жарочном шкафу.

*Отпуск.* Отпускают блинчики по 2–3 шт. на порцию. При отпуске поливают растопленным сливочным маслом или сметаной, а блинчики с творогом посыпают рафинадной пудрой.

**Фарш из мяса.** *Первый способ.* Сырое мясо (мякоть говядины, баранины, свинины) нарезают кусочками 40 – 50 г, обжаривают на противне; кладут в кастрюлю или котел, наливают немного воды или бульона и припускают до готовности. Готовое мясо пропускают через мясорубку вместе с пассерованным луком. Из бульона готовят белый соус. Измельченное мясо соединяют с соусом, добавляют соль, молотый перец и перемешивают. Можно добавить рассыпчатый рис и мелкорубленые крутые яйца.

*Второй способ.* Сырое мясо нарезают небольшими кусками, пропускают через мясорубку, жарят. Для лучшего размягчения мяса добавляют немного бульона или воды, закрывают посуду крышкой и припускают. Готовое мясо охлаждают, пропускают через мясорубку вторично, добавляют зелень, пассерованный лук, молотый перец, соль, заправляют соусом и всё перемешивают.

Можно приготовить фарш из вареного мяса. Для этого вареное мясо нарезают, пропускают через мясорубку вместе с пассерованным репчатым луком, добавляют молотый перец, соль, зелень, соус и все перемешивают.

Расчёт сырья для блинчиков с мясом на 40 порций

А) Расчёт сырья для блинчиков (полуфабрикат) № 769 [6]

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | БРУТТО | НЕТТО |
| Мука пшеничная | 1664 | 1664 |
| Молоко или вода | 4160 | 4160 |
| Яйца | 52 шт. | 332 |
| Сахар | 100 | 100 |
| Соль | 32 | 32 |
| Масса теста | — | 6152 |
| Шпик | 84 | 80 |
| или кулинарный жир, или жир животный топленый пищевой, или масло растительное | 64 | 64 |
| Выход | — | 4000 |

Б) Расчёт сырья для фарша № 835 [6]

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья и полуфабрикатов | 835. Фарш мясной с луком | |
| БРУТТО | НЕТТО |
| Говядина (котлетное мясо) | 3418 | 2516 |
| или свинина (котлетное мясо) | 2606 | 2220 |
| Маргарин столовый | 80 | 80 |
| Лук репчатый | 238 | 200 |
| Масса пассерованного лука | — | 100 |
| Мука пшеничная | 20 | 20 |
| Перец черный молотый | 1 | 1 |
| Соль | 20 | 20 |
| Петрушка (зелень) | 18 | 14 |
| Выход | — | 2000 |

**770. Блинчики с мясным фаршем (40 порций, г) [6]**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | БРУТТО | НЕТТО |
| Блинчики (полуфабрикат) № 769 | — | 4000 |
| Фарш №№ 835 | — | 2000 |
| Масса полуфабриката | — | 6000 |
| Маргарин столовый | 240 | 240 |
| или кулинарный жир | 200 | 200 |
| Масса жареных блинчиков с фаршем | — | 5400 |
| Масло сливочное или маргарин столовый | 200 | 200 |
| Выход: с маслом | — | 5600 |

**Задание 3. Составить однодневное меню для диеты №2**

Меню диетического питания составляется в диетических столовых с учетом 5—6 основных диет (1, 2, 5, 7/10, 9). Для каждой диеты составляется определенный набор блюд. В составлении меню принимает участие диетврач или диетсестра. В диетических столовых или отделениях при промышленных предприятиях, учебных заведениях количество диет устанавливается в зависимости от обслуживаемого контингента. При составлении меню следует руководствоваться сборником рецептур "Диетическое питание в столовых" [4, c.103].

***Однодневное меню для диеты №2***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Завтрак: | творожное суфле запеченное | 150 г |
| каша гречневая молочная протертая | 200 г |
| чай | 180 г |
| Обед: | бульон с яичными хлопьями | 500 г |
| котлеты мясные жареные без панировки | 90 г |
| морковное пюре | 200 г |
| кисель фруктовый | 180 г |
| Полдник: | чай | 180 г |
| сухарики (из дневной нормы хлеба) |  |
| Ужин: | биточки рыбные жареные без панировки | 130 г |
| картофельное пюре | 200 г |
| каша овсяная молочная протертая | 200 г |
| какао | 180 г |
| На весь день: | хлеб пшеничный | 400 г |
| сахар | 25 г |
| масло сливочное | 25 г |

**Задание 4. Характеристика диеты №2. Особенности подбора продуктов, технология приготовления блюд**

Питание по специально разработанным рационам (диетам) называется диетическим (питание в домах отдыха, санаториях, столовых и профессионально-технических училищ и т. д.).

Разновидностями его являются лечебное и лечебно-профилактическое питание. Часто лечебное питание называют диетическим, а предприятия общественного питания, где оно организуется, — диетическими столовыми.

**Диета № 2.**

**Общая характеристика**: физиологически полноценная диета с умеренным механическим щажением и умеренной стимуляцией секреции пищеварительных органов. Назначается при заболеваниях желудка и кишечника (гастрите с пониженной кислотностью и хронических колитах), а также при болезни челюстей и недостатке зубов. Используемые приемы лечения – щажение больных органов от механических и термических воздействий при приеме пищи и одновременно усиление секреторного желудочного сока введением пищи, обладающей сокогонным действием.

***Технология приготовления блюд****:* Пищу приготавливают в протертом и мелкорубленом виде, не допускают использования продуктов, богатых жиром и клетчаткой. Горячие блюда подают при температуре не выше 65 °С, холодные при 14–15 °С. Диета № 2 включает блюда, увеличивающие в желудке количество соляной кислоты. Приготавливают мясные и рыбные бульоны и соусы на них, овощные отвары, фруктовые соки, натуральный кофе, какао, чай, закуски, которые своим вкусом и запахом могут возбуждающе действовать на выделительные функции желудка. Блюда приготавливают в отварном, запеченном, а также жареном виде, причем мясные изделия не панируют. В меню разрешают включать черствый хлеб, несдобные булочки и печенье; некоторые закуски: селедочное масло, вымоченную сельдь, неострый сыр, сырное масло, паштет из печени и др. Первые блюда в виде бульонов, борщи, супы из круп и овощей (в протертом виде). Овощи – морковь, картофель, шпинат, цветная капуста в отварном, лучше в протертом, виде, заправленные сливочным маслом. Мясо и рыба в отварном и рубленом виде. Вязкие каши из размолотых круп, котлеты, пудинги, запеченные и паровые, макаронные изделия. Соусы мясные, рыбные, сметанные. Сладкие блюда, кислые соки, небольшое количество специй и пряностей, соль в достаточном количестве. Натуральное молоко рекомендуется в небольшом количестве, порошковое молоко, кефир, простокваша, творог и творожный сыр усваиваются организмом больного лучше, поэтому их используют чаще. Пища принимается через небольшие промежутки времени и необильными порциями. Не рекомендуется большое количество жидкости [1, c.194].

***Рекомендуемые и исключаемые продукты и блюда:***

*Хлеб* и мучные изделия - хлеб пшеничный из муки высшего, 1-го и 2-го сорта вчерашней выпечки или подсушенный. Несдобные булочные изделия и варенье, сухой бисквит. До 2 раз в неделю - хорошо выпеченные, остывшие, несдобные ватрушки с творогом, пироги с отварным мясом или рыбой, яйцами, рисом, яблоками, джемом. Исключают: свежий хлеб и мучные изделия из сдобного и слоеного теста;

Супы - на крепком, обезжиренном мясном и рыбном бульоне, на отварах из овощей и грибов с мелко шинкованными или протертыми овощами, картофелем, разваренными или протертыми крупами, вермишелью, лапшой. При переносимости - борщи, щи из свежей капусты, свекольник с мелко шинкованными овощами. Рассольник с протертыми овощами и заменой соленых огурцов на рассол. Исключают: супы (молочный, гороховый, фасолевый, пшенный), а также окрошку;

*Мясо* и птица - нежирные сорта без фасций, сухожилий, кожи; отварные, запеченные, жареные (можно смазать яйцом, но не панировать). Изделия из котлетной массы из говядины, телятины, кроликов, кур, индеек, а также молодой нежирной баранины и мясной свинины. Телятину, кролика, цыплят, индюшат (реже - говядину) можно готовить куском. Язык отварной, сосиски молочные. Блинчики с вареным мясом запеченные. Исключают: жирное и богатое соединительной тканью мясо и птицу (утку, гуся), копчености, консервы (кроме Диетических); ограничивают свинину и баранину;

*Рыба* - нежирные виды и сорта рыб, куском или рубленые отварные, запененные, тушеные, жареные без панировки. Исключают: жирную, соленую, копченую рыбу, закусочные рыбные консервы;

Молочные продукты - кефир, простокваша и другие кисломолочные напитки. В свежий творог в натуральном виде и в блюдах (суфле, пудинг, сырники, вареники ленивые); сыр тертый или ломтиками; сметана - до 15 г на блюдо; молоко и сливки добавляют в блюда и напитки;

Яйца - всмятку, паровые, запеченные и жареные (без грубой корочки), омлет белковый с сыром. Исключают: яйца вкрутую;

Каши - различные каши на воде или с добавлением молока, на мясном бульоне, включая хорошо разваренные рассыпчатые каши, кроме пшенной и перловой. Паровые и запеченные пудинги, котлеты паровые или обжаренные без грубой корочки, вермишель, лапшевник с творогом или вареным мясом, с фруктами. Исключают: бобовые, ограничивают пшено, перловую, ячне-кукурузную крупы; [2, c.323]

Овощи - картофель, кабачки, тыква, морковь, свекла, цветная капуста; при переносимости - белокочанная капуста и зеленый горошек. Вареные, тушеные, порезанные кусочками, в виде пюре, запеканок, пудингов. Котлеты запеченные и жареные без корочки. Спелые томаты. Мелко шинкованную зелень добавляют в блюда. Исключают: непротертые овощи, маринованные и соленые лук. редьку, редис, сладкий перец, огурцы, чеснок, грибы;

Закуски - салат из свежих томатов, вареных овощей с мясом, рыбой, яйцами (без лука, соленых огурцов, квашеной капусты), икра овощная. Сыр неострый. Вымоченная сельдь и форшмак из нее. Рыба, мясо и язык заливные, студень говяжий нежирный, паштет из пасты "Океан", из печени, ветчина без жира, икра осетровых, диетическая, докторская и молочная колбасы. Исключают очень острые и жирные закуски, копчености, консервы;

Плоды, сладкие блюда, сладости - зрелые фрукты и ягоды протертые, очень мягкие (непротертые). Компоты, кисели, желе, муссы. Компот из протертых сухофруктов. Яблоки печеные. Апельсины, лимоны (в чай, желе). При переносимости - мандарины, апельсины, арбуз, виноград без кожицы 100-200 г в день. Сливочная карамель, ирис, мармелад, пастила, зефир, сахар, мед, джем, варенье. Исключают: грубые сорта фруктов и ягод в сыром виде, ягоды с грубыми зернами (малина, красная смородина) или грубой кожицей (крыжовник), финики, инжир, шоколадные и кремовые изделия, мороженое;

Соусы и пряности на мясных, рыбных, грибных и овощных отварах, соус сметанный, белый с лимоном и др. Ванилин, корица; немного лаврового листа; зелень укропа, петрушки, сельдерея. Исключают: жирные и острые соусы, горчицу, перец, хрен;

Напитки - чай с лимоном, кофе и какао на воде и с молоком. Соки овощные, фруктовые, ягодные, разбавленные водой, отвары шиповника и отрубей. Исключают: виноградный сок, квас;

Жиры - сливочное, топленое, растительные рафинированные масла. Исключают: сало свиное, говяжий, бараний и кулинарные жиры [2,c.324].

**Задание 5. Технология приготовления и ассортимент блюд из вареных яиц. Способ варки, оформления, отпуск, требования к качеству**

На предприятиях общественного питания используются яйца только куриные, поскольку яйца водоплавающей птицы (гусей и уток) бывают носителями болезнетворных микробов. Яйца — один из наиболее ценных пищевых продуктов, добавление их в пищу не только увеличивает ее калорийность и питательность, но и значительно улучшает вкус. Химический состав яиц зависит от времени яйцекладки, породы птицы, ее возраста, кормов и т.д. Они содержат в среднем 12-17% белка, 11,5% жира и 0,55% углеводов. К ценнейшим пищевым веществам, которые входят в состав яйца, в первую очередь относят лецитин, необходимый для питания нервной и мозговой ткани человеческого организма. По количеству лецитина яйца превосходят даже такие высокопитательные продукты, как икра, коровье масло и молоко. По содержанию витаминов, в особенности витамина А, а также полноте усвоения (белки яйца усваиваются на 97%, а желтки полностью) яйца занимают одно из первых мест. Разнообразие минеральных веществ, входящих в их состав, также является большим пищевым достоинством. Благодаря этим качествам яйца широко применяются в детском и диетическом питании [7, c.61].

Вес яйца колеблется в пределах от 45 до 65 г, что зависит от породы, разновидности птицы, ее возраста и т. п. На долю белка приходится примерно 57% веса яйца, желтка — 33% и скорлупы —10%;

Яйца варят в скорлупе и без скорлупы. Непосредственно перед варкой яйца моют в теплой воде для удаления загрязнений. Чтобы яйца сварились до одинаковой готовности, их погружают в кипяток все сразу. Для варки яиц применяют яйцеварки, кастрюли, сотейники, котлы со специальными сетчатыми вкладышами, с помощью которых яйца удобно закладывать и вынимать из воды. Для варки одного яйца берут 250–300 г воды. В зависимости от времени варки получают яйцо разной консистенции – всмятку, "в мешочек", вкрутую.

*Яйца всмятку* варят в кипящей воде 2,5–3 мин с момента закипания воды. Соль при варке не добавляют. Готовые яйца вынимают шумовкой и промывают холодной водой. Яйцо всмятку содержит полужидкий белок и жидкий желток. Отпускают яйца в горячем виде обычно на завтрак по 1–2 шт, укладывая на тарелку или вставляя в специальные подставки. К яйцам можно подать хлеб и масло.

*Яйца "в мешочек"* (пашот) варят так же, но в течение 4,5–5 мин. Ополаскивают холодной водой и отпускают в скорлупе так же, как яйца всмятку, или осторожно очищают, опустив в холодную воду, затем прогревают и используют для прозрачного бульона, для шпината с яйцом и гренками, яиц на гренках под соусом. У яйца, сваренного "в мешочек", желток и основная часть белка не подвергаются глубоким изменениям и остаются жидкими, а наружные слои белка под влиянием высокой температуры свертываются и образуют как бы "мешочек", в котором оказывается большая часть яйца [1, c.150].

*Яйца вкрутую* варят 10–12 мин. После промывания холодной водой подают в скорлупе или используют в очищенном виде для салатов, холодных блюд, супов, соусов, фарширования. Яйца, сваренные вкрутую, имеют полностью загустевшие, плотные белок и желток. Нельзя удлинять срок варки яиц, так как они становятся твердыми, упругими и значительно труднее усваиваются.

Чтобы избежать вытекания яиц при варке, если появилась трещина на скорлупе, в воду добавляют соль, которая образует в растворе осмотическое давление выше давления внутри яйца. Разность этих давлений не дает возможность вытекать содержимому яйца. В сваренном яйце, не охлажденном в холодной воде, можно увидеть потемнение верхнего слоя желтка за счет образования сернистого железа из сероводорода белка и железа желтка. Быстрое охлаждение яйца в холодной воде не дает соединения сероводорода с железом и желток не темнеет [1, c.150].

*Для варки яиц без скорлупы* в кастрюлю с водой добавляют соль и уксус, доводят до кипения, размешивают воду, чтобы в середине образовалась воронка, в которую выпускают освобожденное от скорлупы яйцо. Варят при слабом кипении 3–4 мин, вынимают шумовкой, подравнивают ножом расплывшийся по краям белок. Желток должен находиться внутри белка и иметь полужидкую консистенцию.

Используют яйца, сваренные без скорлупы, в холодном или горячем виде. Отпускают на гренках из белого хлеба, под соусом или с горячими мясными блюдами. Для варки яиц на 1 л воды берут 50 г уксуса и 10 г соли [1, c.151].

***Требования к качеству блюд из яиц. Сроки хранения***

Вареные яйца всмятку должны иметь жидкий желток и полужидкий белок; яйца "в мешочек" – желток полужидкий, белок – загустевший сверху, а в центре полужидкий. Очищенное от скорлупы яйцо слегка деформируется. Яйца вкрутую имеют полностью загустевший белок и желток. Вареные яйца не должны быть загрязненными, с трещинами и выливами. На поверхности вареного яйца не должно быть темного слоя.

Блюда из яиц не подлежат хранению. Омлеты, яичная кашка, яичница-глазунья, яйца всмятку, драчена приготавливаются по мере спроса и сразу же отпускаются. Яйца вкрутую после промывания холодной водой хранят в скорлупе сухими, а яйца, сваренные "в мешочек", можно хранить в подсоленной холодной воде. Холодные изделия из яиц хранят при температуре от 0–6 °С. [3, c.153]

**Задание 6. Организация питания учащихся ПТУ. Приготовление блюд для учащихся ПТУ**

Дальнейшее развитие системы профессионально-технического образования и повышение ее роли в подготовке квалифицированных кадров рабочих обусловливают необходимость правильной организации общественного питания учащихся профессионально-технических училищ.

При определении объемов производства столовой и количества мест в залах для одной смены питающихся исходят из принятых норм: одной трети общего количества учащихся, т. е. на каждые 1000 учащихся - 330 мест.

Учащихся профессионально-технических училищ подразделяют на две группы в зависимости оттого, находятся они на полном рационе или получают в столовой училища двухразовое питание. Для учащихся, находящихся на полном рационе в столовых профтехучилищ, организуют трех- и четырехразовое питание на основе действующих суточных норм продуктов питания и расчетных денежных норм расходов на питание на одного учащегося в день [8, c.95].

В столовых профтехучилищ отпускают скомплектованные рационы питания (завтраки, обеды, ужины) с абонементной системой расчетов. Для разнообразия блюд по дням недели, а также для удобства контроля за полнотой реализации утвержденного набора продуктов на одного учащегося в день организуют питание на основе двухнедельного меню. Такое питание должно обеспечить потребность в установленном нормами количестве белков (в том числе животных), жиров (в том числе растительных), углеводов, витаминов, минеральных веществ. Физиологические нормы питания для учащихся ПТУ установлены с учетом физиологических особенностей их организма, возраста, характера труда (энергозатрат с учетом получения рабочей профессии).

Расчетная суточная калорийность рациона (3200 ккал) принята для компенсации энергозатрат учащимися в дни теоретических занятий. В период производственной практики средняя калорийность суточного рациона учащихся, обучающихся профессиям, связанным с повышенной интенсивностью и тяжестью труда, еще более возрастает. Так, в период практики для учащихся основной группы калорийность суточного рациона принимается равной 3600 ккал, а для ПТУ металлургического профиля - 3900-4000, для горных - 4000-5000 ккал и т. д. [8, c.95]

В соответствии с требованиями рационального питания наиболее обоснованным в физиологическом отношении является четырехкратный прием пищи. Общая калорийность суточного рациона распределяется при этом таким образом: завтрак - 25%, обед - 30-35, полдник - 15-20, ужин - 25%. Длительность интервала между отдельными приемами пищи не должна превышать 4 ч.

Завтрак как первый прием пищи имеет важное значение для питания учащихся. Он должен содержать достаточное количество пищевых веществ (особенно белков), требующихся организму подростков на 4-5 ч занятий (до обеденного перерыва). В меню завтрака включают мясное или рыбное блюдо с гарниром, разные каши, масло сливочное, блюда из овощей, молочных продуктов, а также горячего напитка - чай, кофе.

Обед предназначается для компенсации основных затрат энергии учащихся во время занятий или производственной практики. Обед состоит из закуски (салата, винегрета и т. п.), первого, второго (мясного или рыбного блюда с гарниром), сладкого блюда, напитка.

Полдник дает возможность рациональнее использовать крупу и другие растительные продукты, богатые белками. Полдник состоит из блюд, не требующих больших трудозатрат на их приготовление: оладьи, блинчики, каши, молоко, кефир, сок, чай, пирожки, булочки, бутерброды [8, c.96].

Ужин должен быть легким. На ужин лучше использовать молочные и овощные блюда, а также блюда из круп, картофеля, овощей, творога и т. п.

Вторые блюда для учащихся ПТУ готовят с широким использованием субпродуктов (печень, почки, легкое и т.д.), которые имеют сравнительно низкую стоимость, но являются источником полноценных белков.

Для разнообразия гарниров к мясным и рыбным блюдам необходимо предусматривать не менее 45% овощных гарниров, крупяных - 40, а макаронных - 15%.

Сладкие блюда готовят в виде киселей, компотов, муссов. Продукты повышенной калорийности (сыр, масло, яйца) лучше включать в натуральном виде на завтрак.

Учащиеся профессионально-технических училищ, состоящие на государственном обеспечении, получают бесплатное питание. Для расчетов профтехучилищ за питание со столовыми введены групповые абонементные книжки на получение завтраков, обедов, ужинов. Столовая отпускает отдельно каждый вид питания (завтрак, обед, ужин) по предъявлении групповых талонов абонементной книжки представителем училища (мастером), старостой, сопровождающим учащихся в столовую [8, c.96].

Режим работы столовых при профтехучилищах устанавливают в соответствии с расписанием учебных занятий.

В столовых при профтехучилищах рекомендуется применять следующие прогрессивные методы обслуживания: организацию комплексных обедов на механизированных линиях "Поток", "Эффект", а также при помощи сквозных тепловых шкафов при предварительном накрытии столов.

В учреждениях, обеспечивающих получение профессионально-технического и среднего специального образования необходимо руководствоваться следующими нормативными правовыми документами:

1. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 22.02.1993 № 89 "О материальном обеспечении учащихся учреждений, обеспечивающих получение профессионально-технического образования, и индустриально-педагогических колледжей".

2. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 16.04.2004 № 434 "Об организации бесплатного питания обучающихся в учреждениях образования, расположенных на территории радиоактивного загрязнения".

3. Постановление Министерства торговли Республики Беларусь, Министерства образования Республики Беларусь от 30.11.2000 № 24/57 "Об утверждении Положения об организации питания учащихся профессионально-технических учебных заведений".

4. Постановление Министерства образования Республики Беларусь от 03.06.2002 № 22 "Об утверждении Положения о порядке обеспечения трехразовым горячим питанием учащихся учреждений, обеспечивающих получение профессионально-технического образования, из малообеспеченных семей".

5. Натуральные нормы питания учащихся профессионально-технических училищ, утвержденные Министерством образования Республики Беларусь, Министерством торговли Республики Беларусь, Белкоопсоюзом по согласованию с Министерством здравоохранения Республики Беларусь от 25.11.1993 № 17-5-7/562, 02-14/67, 13-10/571.

6. СанПиН №14-121-99 от 30.07.1999 "Санитарные правила и нормы устройства, содержания и организации учебно-воспитательного процесса и производственного обучения профессионально-технических и средних специальных учебных заведений".

7. "Сборник технологических карт для столовых общеобразовательных школ и профессионально-технических училищ", разработанный Белкоопсоюзом и согласованный с Министерством здравоохранения Республики Беларусь, Министерством торговли Республики Беларусь от 25.08.2000.

**Список использованных источников**

1. Анфимова Н. А. и др. Кулинария: Учеб. для сред. проф.-техн. уч-щ/ Н.А. Анфимова, Т.И. Захарова, Л.Л. Татарская. – 3-е изд., перераб.– М.: Экономика, 1987.–366 с.
2. Голубев В. Н., Могильный М. П., Шленская Т. В. Справочник работника общественного питания / Под редакцией В. Н. Голубева - М.: ДеЛи принт, 2002. - 590 с.
3. Ковалев Н.И., Куткина М.Н., Кравцова В.А. Технология приготовления пиши: Учебное пособие. / Под ред. М.А. Николаевой. – М.: Деловая литература, Омега-М, 2003. – 469 с.
4. Радченко Л.А. Организация производства на предприятиях общественного питания: Учебник / Л.А. Радченко. Изд. 6-е, доп. и перер. — Ростов н/Д: Феникс, 2006. — 352 с.
5. Сметанина Т.Л., Подсосенко Т.В. Технология продукции общественного питания: Учебное пособие. Часть II. / Т.Л. Сметанина, Т.В. Подсосенко - Кемерово: Кемеровский технологический институт пищевой промышленности, 2004. - 124 с.
6. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Для предприятий общественного питания / Сост. Л. Е. Голунова. – Спб.: Профикс. – 408 с.
7. Шленская Т.В., Горун Е.Г., Гнусарева Р.В. Технология продуктов общественного питания: Учебно-практическое пособие. Т.3 / Т.В. Шленская, Е.Г. Горун, Р.В. Гнусарева. - М.:МГУТУ, 2004. – 68 с.
8. Кондратьев К.П. Организация обслуживания на предприятиях общественного питания Учебное пособие. / К.П. Кондратьев. - Улан-Удэ: Изд-во ВСГТУ. 2007 - 107 с.