

Безопасность жизнедеятельности

Практическая работа №10

Тема: Организация и обеспечение рационального питания.

Наименование работы: Рациональное питание и здоровой образ жизни.

Цель: Ознакомиться с понятиями рационального питания, нормами физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии для различных групп населения, методами количественной и качественно оценки питания по энергетической ценности и составу питательных веществ потребляемых продуктов; научиться определять суточный расход энергии человека и давать гигиеническую оценку его пищевого рациона с учетом принятых физиологических норм питания.

Материально-техническое обеспечение: тетрадь, учебное пособие Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г.

Методика выполнения

Задание:

1. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр.148
2. 6. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 149-150
3. 7.см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр.150-151
4. Отчет о работе оформить в виде ответов на контрольные вопросы см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 151

Контрольная работа №1.

1. Вопрос: Что такое личная гигиена?

- а. Перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний.
- б. Совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья.
- в. Правила ухода за телом, кожей, зубами.
- г. Выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний.

2. Вопрос: Что такое здоровый образ жизни?

- а. Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья
- б. Лечебно-физкультурный оздоровительный комплекс
- в. Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
- г. Регулярные занятия физкультурой

3. Вопрос: Что такое режим дня?

- а. Порядок выполнения повседневных дел
- б. Установленных распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон
- в. Перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
- г. Строгое соблюдение определенных правил

4. Вопрос: Что такое рациональное питание?

- а. Питание, распределенное по времени принятия пищи
- б. Питание с учетом потребностей организма
- в. Питание определенным набором продуктов питания
- г. Питание с определенным соотношением питательных веществ

5. Вопрос: Что такое закаливание?

- а. Повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм.
- б. Длительное пребывание на холоде, с целью привыкания к низким температурам
- в. Перечень процедур для воздействия на организм холода
- г. Купание в зимнее время

6. Вопрос: Прежде всего, от табачного дыма страдает?

- а) Опорно-двигательный аппарат,
- б) Легочная система,
- в) Мозговая активность;

7. Вопрос: Кто такой "Пассивный курильщик"?

- а) Человек, выкуривающий 1-2 сигареты в день,
- б) Человек находящийся в помещении с курильщиком,
- в) Человек, выкуривающий менее 2 сигарет в месяц,
- г) Человек, выкуривающий более пачки в день;

8. Вопрос: Спирт главным образом действует на?

- а) Опорно-двигательный аппарат,
- б) Нервную систему,
- в) Легочную систему,
- г) Костную ткань;

9. Вопрос: Влияет ли алкоголь на железы внутренней секреции?

- а) Влияет, но незначительно,
- б) Не влияет,
- в) Влияет;

10. Вопрос: Основными признаками наркомании и токсикомании являются?

- а) Психическая зависимость,

- б) Физическая зависимость,
- в) Хорошее настроение,
- г) Изменение чувствительности к наркотику;

11. Вопрос: Признаками наркотического отравления являются?

- а) Насморк,
- б) Сужение зрачков,
- в) Покраснение кожи,
- г) Головокружение;

12. Вопрос: Признаками алкогольного отравления являются?

- а) Головокружение, б) Возбуждение или депрессивное состояние, в) Нарушение речи, г) Ухудшение слуха, д) Тошнота и рвота

13. Как действовать по сигналу “Внимание всем!”?

- а). Надеть средства защиты и покинуть помещение.
- б). Включить радио, телевизор и прослушать информацию.
- в). Быстро направиться в укрытие.

14. Что такое чрезвычайная ситуация?

- а) особо сложное социальное явление
- б) определенное состояние окружающей природной среды
- в) обстановка на определенной территории, которая может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью, значительные материальные потери и нарушения условий жизнедеятельности.

15. Как подразделяются ЧС по характеру источника?

- а) на природные и техногенные
- б) на экологические
- в) на биолого-социальные
- г) на военные

16. Что является основным источником ЧС природного характера?

- а) магнитные бури
- б) антропогенное воздействие
- в) стихийные бедствия
- г) биологические процессы

17. Как различают (классифицируют) техногенные ЧС?

- а) по количеству погибших
- б) по месту возникновения
- в) по причине возникновения
- г) по характеру основных поражающих факторов

18. Как называется крупная авария, приведшая к человеческим жертвам?

- а) беда
- б) авария
- в) коллапс
- г) катастрофа

19. Химическое оружие – это:

- а) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;
- б) оружие массового поражения, действие которого основано на изменении состава воздушной среды в зоне заражения;
- в) оружие массового поражения, действие которого основано на применении биологических средств.

20. Какими путями отравляющие вещества (ОВ) проникают в организм человека:

- а) в результате вдыхания заражённого воздуха, попадания ОВ в глаза, на кожу или при употреблении заражённой пищи и воды;
- б) в результате их попадания на одежду, обувь и головные уборы;
- в) в результате их попадания на средства защиты кожи и органов дыхания.

21. Ядерное оружие – это:

- а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землёй (под водой);
- б) оружие массового поражения, основанное на использовании светового излучения за счёт возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, состоящего из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;
- в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

22. Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют:

- а) в первые часы после выпадения;
- б) в первые сутки после выпадения;
- в) в течении трёх суток после выпадения.

ЗАДАНИЕ В ВИДЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ЗАЧЕТА.

**Вопросы для дифференцированного зачета по учебной дисциплине
Безопасность жизнедеятельности.**

Условия выполнения задания: дайте правильные ответы на вопросы.

Время на выполнение работы: 120 мин.

1. Вопрос: Что такое личная гигиена?

- а. Перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний.
- б. Совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья.
- в. Правила ухода за телом, кожей, зубами.
- г. Выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний.

2. Вопрос: Что такое здоровый образ жизни?

- а. Перечень мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья
- б. Лечебно-физкультурный оздоровительный комплекс

в. Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья

г. Регулярные занятия физкультурой

3. Вопрос: Что такое режим дня?

а. Порядок выполнения повседневных дел

б. Установленного распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон

в. Перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения

г. Строгое соблюдение определенных правил

4. Вопрос: Что такое рациональное питание?

а. Питание, распределенное по времени принятия пищи

б. Питание с учетом потребностей организма

в. Питание определенным набором продуктов питания

г. Питание с определенным соотношением питательных веществ

5. Вопрос: Что такое закаливание?

а. Повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм.

б. Длительное пребывание на холоде, с целью привыкания к низким температурам

в. Перечень процедур для воздействия на организм холода

г. Купание в зимнее время

6. Вопрос: Прежде всего, от табачного дыма страдает?

а) Опорно-двигательный аппарат,

б) Легочная система,

в) Мозговая активность;

7. Вопрос: Кто такой "Пассивный курильщик"?

а) Человек, выкуривающий 1-2 сигареты в день,

б) Человек находящийся в помещении с курильщиком,

в) Человек, выкуривающий менее 2 сигарет в месяц,

г) Человек, выкуривающий более пачки в день;

8. Вопрос: Спирт главным образом действует на?

а) Опорно-двигательный аппарат,

б) Нервную систему,

в) Легочную систему,

г) Костную ткань;

9. Вопрос: Влияет ли алкоголь на железы внутренней секреции?

а) Влияет, но незначительно,

б) Не влияет,

в) Влияет;

10. Вопрос: Основными признаками наркомании и токсикомании являются?

а) Психическая зависимость,

б) Физическая зависимость,

в) Хорошее настроение,

г) Изменение чувствительности к наркотику;

11. Вопрос: Признаками наркотического отравления являются?

- а) Насморк,
- б) Сужение зрачков,
- в) Покраснение кожи,
- г) Головокружение;

12. Вопрос: Признаками алкогольного отравления являются?

- а) Головокружение, б) Возбуждение или депрессивное состояние, в) Нарушение речи, г) Ухудшение слуха, д) Тошнота и рвота

13. Как действовать по сигналу “Внимание всем!”?

- а). Надеть средства защиты и покинуть помещение.
- б). Включить радио, телевизор и прослушать информацию.
- в). Быстро направиться в укрытие.

14. Что такое чрезвычайная ситуация?

- а) особо сложное социальное явление
- б) определенное состояние окружающей природной среды
- в) обстановка на определенной территории, которая может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью, значительные материальные потери и нарушения условий жизнедеятельности.

15. Как подразделяются ЧС по характеру источника?

- а) на природные и техногенные
- б) на экологические
- в) на биолого-социальные
- г) на военные

16. Что является основным источником ЧС природного характера?

- а) магнитные бури
- б) антропогенное воздействие
- в) стихийные бедствия
- г) биологические процессы

17. Как различают (классифицируют) техногенные ЧС?

- а) по количеству погибших
- б) по месту возникновения
- в) по причине возникновения
- г) по характеру основных поражающих факторов

18. Как называется крупная авария, приведшая к человеческим жертвам?

- а) беда
- б) авария
- в) коллапс
- г) катастрофа

19. Химическое оружие – это:

- а) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;
- б) оружие массового поражения, действие которого основано на изменении состава воздушной среды в зоне заражения;

в) оружие массового поражения, действие которого основано на применении биологических средств.

20. Какими путями отравляющие вещества (ОВ) проникают в организм человека:

- а) в результате вдыхания заражённого воздуха, попадания ОВ в глаза, на кожу или при употреблении заражённой пищи и воды;
- б) в результате их попадания на одежду, обувь и головные уборы;
- в) в результате их попадания на средства защиты кожи и органов дыхания.

21. Ядерное оружие – это:

- а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землёй (под водой);
- б) оружие массового поражения, основанное на использовании светового излучения за счёт возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, состоящего из ультрафиолетовых, видимых и инфракрасных лучей;
- в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

22. Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют:

- а) в первые часы после выпадения;
- б) в первые сутки после выпадения;
- в) в течении трёх суток после выпадения.

23. Каковы основные признаки наружного кровотечения?

- а) медленное и тягучее кровотечение;
- б) быстрое и пульсирующее кровотечение;
- в) сильная боль в повреждённой части тела;
- г) кровь ярко-красного цвета;
- д) кровь темно-красного цвета.

24. Каковы признаки поверхностного венозного кровотечения?

- а) кровь спокойно вытекает из раны;
- б) кровь фонтанирует из раны;
- в) кровь ярко-красного цвета;
- г) кровь тёмно-красного цвета;
- д) слабость.

25. Каким образом наложить жгут при артериальном кровотечении?

- а) прижать пальцем артерию ниже кровотечения;
- б) прижать пальцем артерию выше кровотечения, на 3-5 см выше раны наложить вокруг конечности чистую мягкую ткань;
- в) плотно приложить жгут к конечности и сделать необходимое количество оборотов, а также прикрепить к жгуту записку с указанием даты и точного времени наложения;
- г) доставить пострадавшего с наложенным жгутом в медицинское учреждение;
- д) на 3-5см ниже раны наложить вокруг конечности чистую ткань.

26. Как правильно наложить давящую повязку?

- а) обработать края раны перекисью водорода или марганцовкой;

- б) обработать края раны вазелином или кремом;
- в) прикрыть рану стерильной салфеткой, а на неё положить сложенный в несколько раз бинт;
- г) наложить повязку.

27. Укажите признаки внутреннего кровотечения?

- а) порозовение кожи в области повреждения;
- б) посинение кожи в области повреждения;
- в) учащённый слабый пульс и частое дыхание;
- г) кашель с кровянистыми выделениями;
- д) повышение артериального давления;
- е) чувство неутолимого голода.

28. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах?

- а) промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом;
- б) промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и обработать её йодом;
- в) смазать рану вазелином или кремом;
- г) заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку.

29. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах?

- а) наложением холода на место ушиба;
- б) наложением тепла на место ушиба;
- в) наложением на место ушиба тугй повязки и обеспечением повреждённому месту покоя.

30. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при растяжениях?

- а) наложить на повреждённое место холод;
- б) наложить на повреждённое место тепло;
- в) наложить на повреждённое место тугую повязку и обеспечить ему покой;
- г) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

31. Каким образом оказывается первая медицинская помощь при вывихах?

- а) обеспечить повреждённой конечности покой;
- б) наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обильное питьё;
- в) наложить тугую повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- г) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

32. Какой должна быть первая медицинская помощь при открытых переломах?

- а) вправить вышедшие наружу кости;
- б) остановить кровотечение и обработать края Раны антисептиком;
- в) на рану в области перелома наложить стерильную повязку и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- г) провести иммобилизацию конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения.

33. Как оказать первую медицинскую помощь при закрытых переломах?

- а) провести иммобилизацию места перелома;
- б) устранить искривление конечности;
- в) положить на место травмы холод и дать пострадавшему обезболивающее средство;
- г) доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

34. Какой должна быть первая медицинская помощь при подозрении на сотрясение головного мозга?

- а) надо обеспечить пострадавшему абсолютный покой;
- б) на голову пострадавшему наложить тёплую грелку;
- в) на голову пострадавшему положить холод;
- г) вызвать врача.

35. Как оказать экстренную реанимационную помощь пострадавшему?

- а) положить пострадавшего на спину на твёрдую ровную поверхность;
- б) положить пострадавшего на спину на мягкую ровную поверхность;
- в) произвести прекардиальный удар в область грудины;
- г) приступить к непрямому массажу сердца и проведению искусственной вентиляции лёгких, вызвать «скорую помощь».

Физическая культура.

21.05

Тема: Волейбол. Техника передачи, подачи.

Цель: Ознакомиться с техниками передачи, подачи.

Время: 2 часа.

Доп. Задание: Сделать реферат на тему «Волейбол». Работы присылать по адресу: zaharoff.artur2014@yandex.ru

Материально-техническое обеспечение:

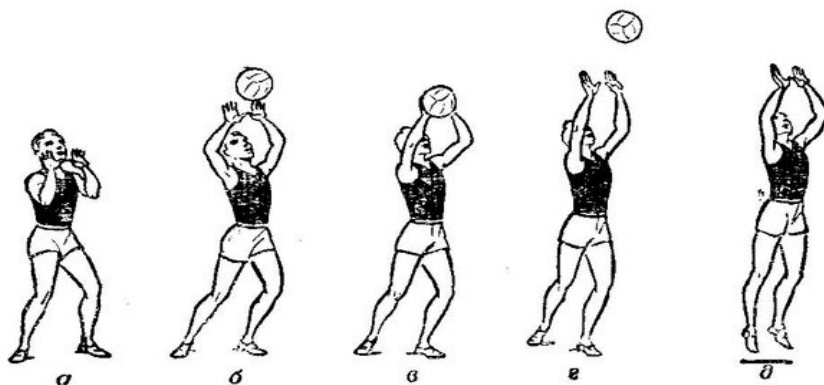
Электронный учебник Бишаева, А.А. Физическая культура.

https://www.studmed.ru/bishaeva-a-a-fizicheskaya-kultura_9d63f91884d.html и интернет ресурсы (например YouTube и т.д).

Методика выполнения.

Верхняя передача мяча. От успешного освоения верхней передачи во многом зависит обучение волейболу вообще. Изучение верхней передачи начинается с первых занятий и совершенствуется на всех последующих, за исключением занятий по общей физической подготовке.

Верхняя передача мяча двумя руками представляет собой основной технический прием волейбола. Только эта передача обеспечивает наиболее точную передачу мяча. Не овладев техникой верхней передачей, невозможно добиться сколько-нибудь значительных успехов в игре. На рисунке ниже показаны основные положения волейболиста при верхней передаче мяча.



Верхняя передача мяча

Основой правильного выполнения передачи является своевременный выход к мячу и выбор исходного положения:

- Ноги согнуты в коленях и расставлены, одна нога впереди.
- Туловище находится в вертикальном положении
- руки вынесены вперед-вверх и согнуты в локтях

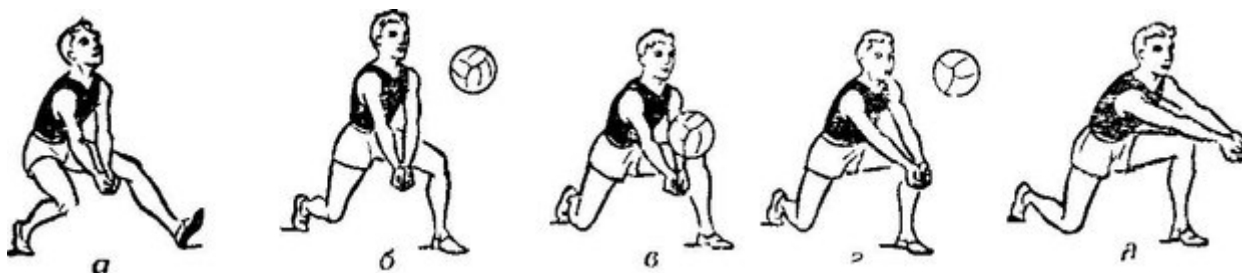
Собственно обработка мяча:

- руки соприкасаются с мячом на уровне лица над головой
- кисти находятся в положении тыльного сгибания
- пальцы слегка напряжены и согнуты, они плотно охватывают мяч, образуя своеобразную воронку (положения б, в на рисунке)

• основная нагрузка при передаче падает преимущественно на указательные и средние пальцы

- ноги и руки выпрямляются
- разгибанием в лучезапястных суставах и эластичным движением пальцев, мячу придается нужное направление (положения г, д на рисунке). В зависимости от полета мяча верхняя передача может выполняться в средней или низкой стойках.

Прием мяча снизу двумя руками. По времени обучения прием мяча снизу уступает обучению верхней передаче, однако это не менее важный элемент в подготовке волейболистов. Прием снизу применяется в случаях, когда принять мяч сверху уже нельзя, например, у самой сетки или когда остается одно касание, а игрок движется к мячу, находясь спиной к сетке.



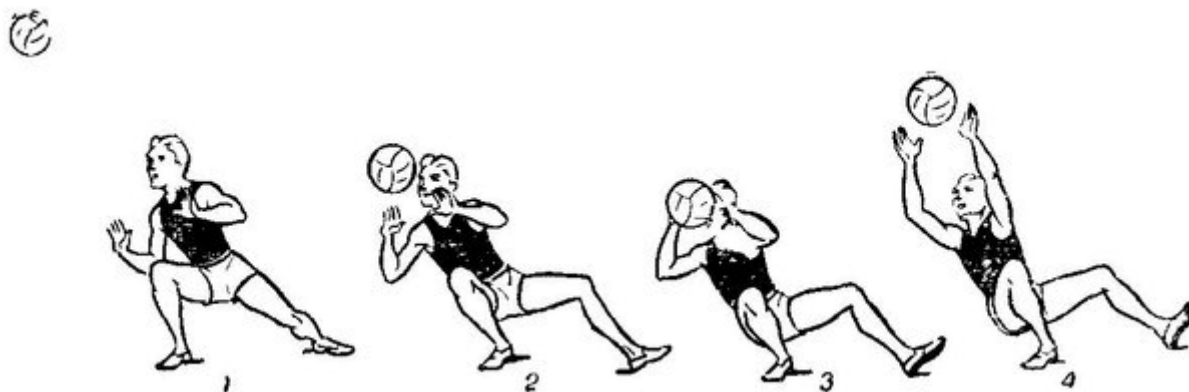
Прием мяча снизу

На рисунке показано, как правильно выполнять прием мяча снизу. Игрок выбегает к месту прима мяча. Одна нога (положение а) выставляется вперед с целью остановить движение тела по инерции, руки уже готовы для приема мяча. Вес тела переходит на впереди стоящую ногу, руки выпрямлены, кисти сомкнуты (положения б, в).

Для такого приема характерно «подседание под мяч» (положения г, д). Прием производится движением рук вперед-вверх, навстречу мячу.

В момент приема, руки выпрямлены в локтевых суставах, кисти слегка опущены вниз, точка касания мяча приходится на предплечья у лучезапястных суставов. При приеме мяча на кисти (кулаки) трудно добиться точности полета мяча. В момент касания руки не должны сгибаться в локтях.

Прием мяча сверху двумя руками с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину.



Прием мяча сверху с падением

Когда игрок не может выполнить прием мяча сверху в низкой стойке, он выполняет его с последующим падением. На рисунке выше изображены основы техники приема мяча сверху с падением. После перемещения к точке приема, делается выпад по направлению к мячу. Вес тела переносится на ногу, которой был сделан выпад. Падение происходит в сторону выпада, при резком подведении плеч под мяч, падение может произойти на ягодицы с перекатом через спину.

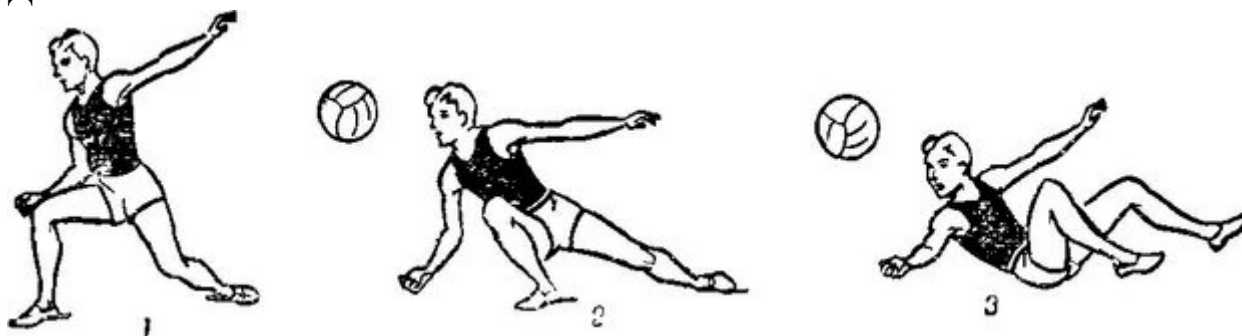
Падение при этом приеме, неизбежно т.к. центр тяжести тела находится за точкой опоры.

Прием мяча снизу одной рукой с падением.

Этот способ применяется, для того, чтобы достать далекий мяч, когда невозможно выполнить прием предыдущими способами. Этот прием схож по структуре с предыдущим, поэтому освоить его довольно просто. На

рисунке ниже показана техника приема мяча снизу одной рукой с падением. Прием выполняется одноименной со стороной выпада рукой. Удар производится кистью с согнутыми пальцами.

Деленное



Прием мяча снизу одной рукой с падением

Профессиональные волейболисты после приема мяча с падением делают группировку и перекат через плечо, сразу занимая удобное положение для игры. Для новичков это достаточно трудно, поэтому после приема мяча им просто необходимо постараться быстрее встать на ноги.

Тактика защиты.

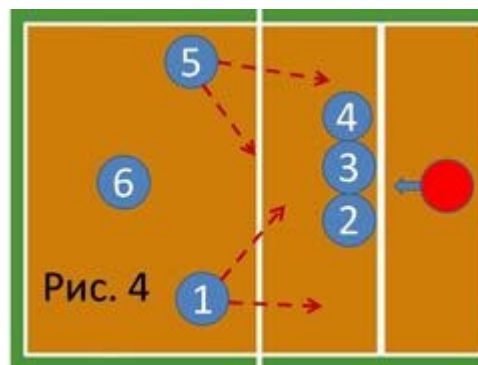
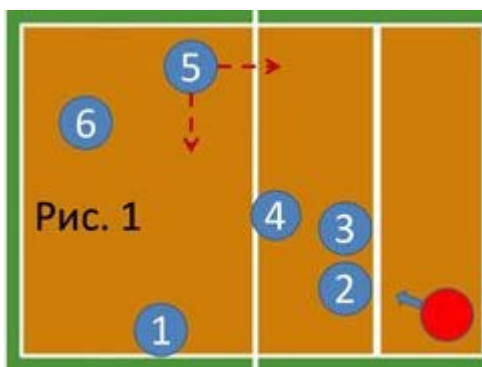
Игра волейболистов в защите предусматривает эшелонированную оборону, которая расположена как бы в три линии: блокирующие, страхующие и игроки, осуществляющие прием нападающих ударов (защитники).

Тактика игры в защите состоит из индивидуальных, групповых и командных действий.

Индивидуальный и групповой блок при реализации тактических задач может быть зонным и подвижным (ловящим). При зонном блокировании закрывается только одно, заранее определенное направление нападающего удара, независимо от того, куда в действительности будет выполнен данный удар. При подвижном блокировании игрок (или игроки) старается закрыть действительное направление атаки.

Страховка блокирующих может осуществляться игроком передней линии, не принимающим участия в блоке (рис. 1), игроком задней линии, например, зоны 6, когда команда играет в защите по системе «углом вперед» (рис. 2), а также крайним защитником, например, зоны /и игроком зоны 4 при игре в защите по системе «углом назад» (рис. 3). При постановке тройного блока страховку осуществляют крайние защитники (рис. 4).

Результативными являются действия защитников и при само страховке блокирующих.



Если рассматривать компоненты защиты изолированно, то наибольшую эффективность приносит блок. В среднем при наиболее удачной игре в защите эффективность блокирования достигает 42%. Показатели эффективности страховки и приема нападающих ударов всегда ниже и находятся соответственно в пределах 35—38 и 30—37%.

Довольно невысокие показатели эффективности защитных действий с позиций тактики могут свидетельствовать о нечетком взаимодействии игроков всех линий обороны. При совершенствовании взаимодействия между защитниками, выполняющими различные функции, большая роль принадлежит блокирующим. В зависимости от игры блокирующих строят свои действия защитники и страхующие. Безусловно, для улучшения взаимопонимания между волейболистами необходимо, чтобы игроки, выполняющие различные функции, заранее знали, как будут действовать их партнеры в той или иной игровой ситуации.

На определенном этапе совершенствования тактики защиты нападающие играют подыгрывающую роль, выполняя строго по заданию удары или обманы в различные зоны с определенной последовательностью и силой. В дальнейшем нападающим предоставляется свобода действий, что приближает условия выполнения упражнений в защите к игровым.

Микробиология, санитария и гигиена

Урок 1-2

Изучить лекции по темам «Санитарно-гигиеническое значение кулинарной обработки продуктов», «Требования к тепловой обработке продуктов и процессу приготовления блюд».

Санитарно-гигиеническое значение кулинарной обработки продуктов

Кулинарное приготовление блюд имеет большое физиологическое и санитарно-гигиеническое значение. Физиологическое значение её определяется, тем, что в результате механической тепловой и обработок улучшаются вкусовые качества, пищевая ценность и усвояемость пищи. Санитарно-гигиеническое значение кулинарной обработки продуктов заключается

в снижении загрязнённости и микробного обсеменения пищи. Поэтому при кулинарной обработке необходимо строго соблюдать технологию приготовления пищи, последовательность технологического процесса, исключая встречные и перекрёстные движения сырья, полуфабрикатов и продукции.

При обработке продуктов целесообразно максимально сокращать длительность технологического процесса, что способствует выпуску более доброкачественной пищи. Нарушение санитарных правил работы влечет за собой вторичное обсеменение пищи микробами, увеличивая их количество в 100 раз и более.

На качество пищи влияет и качество сырья, из которого его готовят. Поэтому при получении продукта со склада особое внимание обращают на качество сырья, соответствие его требованиям стандарта. Качество принимаемых продуктов оценивают органолептически, а в случае необходимости - лабораторным методом.

Для предупреждения загрязнения и обсеменения продуктов микробами взвешивание их производят на чистой площадке весов в производственной таре (кастрюлях, ведрах, лотках) или на пленке.

Внутри предприятия продукты нужно перевозить в закрытой таре, на которой делают надпись, определяющую ее значение: «свежие овощи», «мясо», и т.д. Сырьё со склада доставляют в цех внутри цеховым транспортом (подъемниками, тележками), которые предварительно моют и дезинфицируют. Пищевые продукты в небольших количествах можно переносить вручную, соблюдая правила, исключая их загрязнения.

Качество обработанного сырья и приготовляемой пищи также зависит от санитарного состояния рабочего места повара, оборудования и инвентаря. По существующим санитарным правилам стол перед работой следует протереть влажной тряпкой, а в конце рабочего дня вымыть с моющим средством и ополоснуть горячей водой. В процессе работы необходимо своевременно убирать со стола пищевые отходы, освободившуюся кухонную посуду и инвентарь, соблюдать порядок. После каждой производственной

операции стол моют горячей водой. Разделочные доски и ножи следует использовать строго по назначению в соответствии с маркировкой.

Рубильники и предохранители устанавливаются закрытого типа. Включать и выключать машины можно только с помощью кнопок «пуск» и «стоп», расположенных на корпусе машины. Все движущиеся части машины должны быть ограждены, а моторы заземлены. Овощи нужно проталкивать в загрузочный люк специальным толкачом.

Пол должен быть ровным, не скользким, с уклоном к трапам для стекания воды. Производственные столы и ванны должны быть без острых углов, а овощемойки необходимо ограждать бортиками высотой 10-12 см.

Женщины имеют право поднимать тяжести не более 10кг, мужчины-30кг. Для перемещения груза большей тяжести нужно использовать тележки.

Все работники получают спецодежду по установленной норме.

При приготовлении блюд, кулинарных изделий необходимо строго соблюдать поточность технологических процессов.

Организация должна иметь санитарно-эпидемиологическое заключение органов и учреждений госсанэпидслужбы с указанием в нём ассортимента выпускаемой продукции.

В случаях разработки новых рецептов, а также внесения изменений в технологию производства. Использованием нового, нетрадиционного сырья, при пересмотре сроков годности и условий хранения пищевых продуктов, использовании новых материалов и оборудования, которые могут оказывать влияние на показатели безопасности готовой продукции, на рецептуры выдаётся санитарно-эпидемиологическое заключение органов и учреждений госсанэпидслужбы в установленном порядке.

Продукция готовится партиями по мере её спроса и реализации.

Обработка сырых и готовых продуктов должна производиться отдельно в специально оборудованных цехах; на небольших предприятиях, не имеющих цехового отделения допускается обработка сырья и готовой продукции в одном помещении на разных столах.

Запрещается повторное размораживание мяса и мясных продуктов.

По окончании очистки мяса щетки очищают, промывают горячими растворами моющих средств при температуре 45°-50°С, ополаскивают, замачивают в дезрастворе на 10-15 минут, ополаскивают проточной водой и просушивают.

При отсутствии холода хранение фарша запрещается.

Готовность изделия из мяса и птицы определяется выделением бесцветного сока вместе прокола и серым цветом на разрезе продукта, а также температурой в толще мышц. Для натуральных рубленых изделий - не ниже 85°С.

Требования к тепловой обработке продуктов и процессу приготовления блюд.

При тепловой обработке в продуктах происходят процессы, изменяющие их консистенцию, вкус, запах, а следовательно, повышающие усвояемость пищи. Физиологический эффект такой обработки зависит от соблюдения технологических правил приготовления пищи.

Кроме того, тепловая обработка имеет большое эпидемиологическое значение, так как при нагревании до высоких температур погибают вегетативные формы микробов, в том числе возбудители кишечных заболеваний. Гигиенический эффект тепловой обработки зависит от степени бактериальной загрязненности сырья и полуфабрикатов, температурного режима и продолжительности теплового воздействия на продукты.

Варка продуктов — способ тепловой обработки, надежно обеспечивающей равномерное прогревание продукта и дающий высокий бактерицидный эффект.

Мясо варят кусками массой 1... 1,5 кг в течение 2 ч. Температура 80 °С внутри куска обеспечивает гибель вегетативных форм бактерий. Птицу варят целыми тушками. Готовые мясо и птицу охлаждают, нарезают порционные куски, которые разогревают 5 ... 7 мин в бульоне, доводя его до кипения, уничтожая тем самым микробы вторичного обсеменения: хранят в горячем бульоне до отпуска. При варке изделий на пару температура внутри них должна достигать не менее 90 °С, а продолжительность тепловой обработки должна составлять не менее 20 мин. Длительность варки рыбы зависит от размера порционного куска и составляет 15 ... 20 мин.

Для сокращения потерь витамина С в овощах при варке их следует полностью погружать в горячую воду, варить при закрытой крышке, не допускать бурного кипения и переваривания. Витамин С лучше сохраняется в овощах, сваренных неочищенными на пару. Большое количество витамина С теряется при протирании овощей для пюре, запеканок, котлет.

При варке супов необходимо соблюдать последовательность закладки продуктов и время варки (не более 1 ч).

При изготовлении гарниров (рассыпчатые каши, отварные макаронные изделия, отварной картофель, картофельное пюре и т.д.) следует соблюдать такие правила: при перемешивании пользоваться инвентарем, не касаться готового гарнира руками; жир, добавляемый в гарниры, предварительно подвергать термической обработке.

Жаренье продуктов — способ тепловой обработки, требующий строгого соблюдения температурного режима и времени нагревания. Основным способом жаренья не обеспечивает прогревания продукта до температуры, способствующей гибели микробов. Поэтому мясо, рыбу, изделия из котлетной массы, рубленые, творожные обязательно нужно дожаривать в жарочном шкафу при 250 ... 280 °С в течение 5 ... 8 мин. Появление серого цвета (разрушается гемоглобин) и прозрачного сока при жарке мяса свидетельствует о прогревании внутренних слоев продукта до 80 °С и выше, т.е. до температуры гибели микробов. Готовность птицы определяют по цвету мяса на изломе бедренной кости.

Урок 3

Изучить лекцию по теме «Соблюдение температурных режимов и сроков тепловой обработки».

Соблюдение температурных режимов и сроков тепловой обработки

При всех способах варки продуктов в окружающую среду переходит часть содержащихся в них пищевых веществ - экстрактивных, минеральных, углеводов, витаминов, азотистых соединений. Наибольшее количество растворимых веществ переходит из продуктов в жидкость при полном их погружении, меньшее - при припускании и варке паром.

При варке паром растворимые вещества теряются безвозвратно, так как конденсат не используют. Следует также помнить, что чем дольше продукт варится, тем больше растворимых веществ он теряет.

Одним из перспективных способов тепловой обработки в условиях централизованного производства готовых охлажденных или замороженных блюд является сверхвысокочастотный нагрев, т.е. обработка продукта в СВЧ-поле. Особенностью этого нагрева является одновременный прогрев продукта по всему объему, в результате чего срок доведения до готовности большинства продуктов резко сокращается и составляет несколько минут. За это время температура внутри продукта может повыситься до 100 °С, но поскольку температура наружных слоев, которые выделяют часть тепла в окружающую среду, не превышает 100 °С, румяная корочка на поверхности продукта не образуется.

Разогрев готовой продукции в СВЧ-аппаратах в местах ее потребления может быть осуществлен с соблюдением самых высоких санитарно-гигиенических требований и быстро.

Жарка - способ обработки продуктов при непосредственном соприкосновении их с жиром или без жира при температуре, обеспечивающей образование на их поверхности специфической корочки.

Способ кратковременной жарки продуктов без доведения их до кулинарной готовности с целью придания готовым изделиям определенных свойств определяется термином обжарка.

Вкус и аромат жареного обуславливают вещества, содержащиеся главным образом в специфической румяной корочке на поверхности жареных продуктов. Ее образование связано с тем, что в процессе жарки наружный слой продукта под действием высокой температуры обезвоживается и нагревается до температур выше 100 °С. При этом вещества, содержащиеся в обезвоженном слое, претерпевают сложные физико-химические изменения,* в результате которых образуются новые химические соединения, обладающие окраской, вкусом и ароматом жареного.

Если продолжить жарку продукта после образования румяной поджаристой корочки, то появляются вещества с неприятным запахом и вкусом пригорелого, которые могут оказать неблагоприятное воздействие на кишечно-желудочный тракт, особенно детей.

При нормальных условиях жарки только очень тонкий наружный слой продукта находится в условиях сухого нагрева и формирует поджаристую корочку, температура основной массы продукта не превышает 100 °С, и он припускается в собственном соку.

Способы жарки продуктов, используемые в кулинарной практике, различаются в зависимости от вида теплопередачи: в одних случаях решающую роль играет излучение (лучистый теплообмен), в других - теплопроводность (теплопередающий агент, например, жир). Следует учитывать, что жир в той или иной степени поглощается обжариваемым продуктом и влияет на его качество.

Жарку продуктов с небольшим количеством жира производят в открытой неглубокой посуде. Масса жира составляет 5-10% массы продукта. Жир нагревают до 150-180 °С, после чего в посуду кладут продукт. Тонкий слой жира между продуктом и дном посуды способствует равномерному нагреву продукта и предохраняет его от подгорания.

После образования поджаристой корочки на стороне, соприкасающейся с жиром, продукты переворачивают на другую сторону. Температурный режим и продолжительность жарки варьируют в зависимости от вида продукта. Сырые продукты жарят до полной готовности или полуготовности с последующей тепловой обработкой в жарочном шкафу. Жир нагревают до температуры 175-190 °С, что обеспечивает хорошие условия теплопередачи, быстрое и равномерное образование поджаристой корочки на всей поверхности продукта. Температурный режим и продолжительность жарки различны в зависимости от вида продукта. Во фритюре жарят картофель, рыбу, пирожки, пончики и другие продукты.

Для жарки в жарочном шкафу продукты укладывают на противни, сковороды или в специальные металлические формы с небольшим количеством жира и помещают в жарочный шкаф, температура воздуха в котором регулируется. Нагревание продукта происходит за счет радиации от излучателей и нагретых поверхностей камеры и частично благодаря теплопроводности горячего пода и конвекции перемещающихся потоков воздуха. Испытания аппаратов с принудительной конвекцией нагретого воздуха показали возможность использования их для разогрева быстрозамороженных и готовых охлажденных блюд и приготовления изделий из мяса, рыбы, овощей и теста в широком ассортименте при высокой производительности и экономичности.

Доведение мучных или кондитерских изделий до полной готовности в специальных пекарных печах или жарочных шкафах называют выпеканием.

При жарке продуктов в электрогрилях используют ИК-излучатели. Инфракрасные лучи способны проникать в толщу обжариваемого продукта на некоторую глубину, что обеспечивает быстрый прогрев не только его поверхности, но и глубинных слоев, вследствие чего время тепловой обработки продуктов значительно сокращается.

Тушение - предназначенные для тушения продукты предварительно обжаривают до полуготовности, а затем припускают с добавлением пряностей, приправ или соуса. Для тушения используют закрытую посуду.

Запекание - способ тепловой обработки продуктов в жарочном шкафу до кулинарной готовности и образования на поверхности изделия румяной корочки.

Запекают, как правило, продукты, прошедшие предварительную тепловую обработку. Их укладывают в сковороды или на противни и выдерживают в жарочном шкафу при температуре 200-250 °С до образования на поверхности румяной корочки. Некоторые виды продуктов (рыба) запекают сырыми. Жарку вареных продуктов производят с небольшим количеством жира или во фритюре.

Пассерование - обжарка некоторых продуктов с жиром или без него при температуре не выше 120 °С. Пассеруют, например, с жиром ароматические корни, лук, морковь, муку (ее пассеруют и без жира).

Бланшированием (ошпариванием) называют кратковременное (1-5 мин) воздействие на продукты кипящей воды или пара. Продукты бланшируют для облегчения последующей механической обработки их (ошпаривание осетровой рыбы), разрушения ферментов, оказывающих нежелательное воздействие на очищенные от поверхностных оболочек продукты (некоторые фрукты), удаления привкуса горечи (капуста).

Урок 4

Выполнить практическую работу №18 «Гигиеническая оценка качества готовой продукции (бракераж)»

Практическая работа №18 «Гигиеническая оценка качества готовой продукции (бракераж)»

Теоретическая часть

Соблюдение технологического процесса, рецептур, а также качество готовой продукции и полуфабрикатов ПОП регулярно контролируют.

Ежедневный контроль осуществляет бракеражная комиссия предприятия, а систематический контроль проводит Госсанэпиднадзор (региональные центры и санитарно-пищевые лаборатории).

Бракеражную комиссию создают на каждом ПОП в ее состав входят:

- директор (председатель бракеражной комиссии),
- заведующий производством,
- санитарный работник (врач, медсестра) или член санпоста,
- представитель общественного контроля (промышленных предприятий, учреждений, учебных заведений).

Бракераж (контроль за качеством продукции) включает:

- изучение меню и калькуляций на блюда, изделие, определение температуры готовых изделий, органолептическое исследование качества и определение выхода продукции.
- Бракераж проводят по мере готовности блюд, изделий, полуфабрикатов до начала реализации каждой вновь приготовленной партии.
- Качество блюд (изделий) определяют на месте их приготовления и реализации в присутствии повара (кондитера)
- Блюда дегустируют в определенной последовательности, а блюда комплексных обедов в том порядке, в котором их предлагают потребителю.

Для органолептического исследования пищи необходимо иметь:

- поварскую иглу (для определения готовности мяса, рыбы);
- две ложки (для проб жидких блюд);
- ножи, вилки (для проб плотных блюд);
- две тарелки (для отбора проб);
- черпаки (для отбора проб из котлов);
- чайник с кипятком (для ополаскивания ложек, вилок).

Результат проверки бракеражной комиссии в виде оценки качества продукции заносят в специальный *бракеражный журнал*, который хранится у заведующего производством.

Качество готовой пищи члены бракеражной комиссии, санитарные врачи и специалисты санитарно-пищевых лабораторий определяют органолептическим методом, руководствуясь техническими требованиями, установленными на полуфабрикаты, готовые блюда, кулинарные и кондитерские изделия.

Органолептический анализ, несмотря на его субъективность, позволяет быстро и просто оценить качество сырья, полуфабрикатов и кулинарной продукции, обнаружить нарушения рецептуры, технологии производства и оформления блюд, что в свою очередь дает возможность оперативно принять меры к устранению обнаруженных недостатков.

Критерии оценки.

Органолептическую оценку качества кулинарной продукции оценивают, как правило, по следующим показателям: внешнему виду (в том числе по цвету), консистенции, запаху и вкусу.

Для некоторых групп изделий вводят дополнительные показатели: прозрачность (чай, желе), вид на разрезе (мясные, фаршированные изделия, пирожные, кексы и др.), окраска корки и состояние мякиша (хлебобулочные, мучные кондитерские изделия) и др.

Внешний вид изделия, общее зрительное впечатление, которое оно производит, имеет в кулинарной практике решающее физиологическое и психологическое значение.

При выборе того или иного блюда потребитель руководствуется главным образом зрительной оценкой.

Нарушенная форма говорит о небрежном оформлении или хранении изделия, появление же не свойственного ему цвета может свидетельствовать о порче продукта.

Иногда для решения вопроса о пригодности изделия в пищу достаточно определить его запах. Запах- ощущение, возникающее при возбуждении обонятельных рецепторов.

В применении к пищевому сырью и кулинарным изделиям различают понятия, объединяемые общим термином «запах», как аромат- естественный привлекательный запах, свойственный исходному сырью (фруктам, молоку, специям), и букет- запах, формирующийся в процессе технологической переработки продукта под влиянием сложных химических превращений.

Не свойственные данному продукту запахи являются следствием нарушения технологии приготовления или порчи при хранении

Одним из определяющих показателей качества изделий является их консистенция-это понятие включает в себя характеристику агрегатного состояния (жидкая, твердая), степени однородности (однородная, хлопьевидная, творожистая), механических свойств (хрупкая, эластичная, упругая, пластичная) и др., которые определяют зрительно (жидкая, пенообразная и др.), или с помощью органов осязания.

Так, кончиками пальцев определяют степень упругости, твердости, пластичности разнообразного сырья.

В полости рта возникают такие осязательные ощущения, как сочность, рассыпчатость, крошливость, однородность, волокнистость, терпкость и др.

Сочность ощущение, вызываемое соками продукта при разжевывании, выражается количественно (продукт очень сочный, малосочный, сухой).

Рассыпчатость, крошливость определяются сопротивлением, которое оказывает продукт при разжевывании (рассыпчатость изделий из песочного теста); однородность-впечатление, возбуждаемое частицами продукта при распределении на поверхности языка и ротовой полости (однородность крема, соуса), а волокнистость - волокнами продукта, оказывающими сопротивление при разжевывании (грубоволокнистое мясо); терпкость -ощущение, возникающее в полости рта при стягивании (сморщивании) внутренней его поверхности и сопровождаемое обычно появлением во рту сухости.

Консистенция различных групп изделий характеризуется обычно несколькими определениями.

Например, консистенция мяса жаренного — мягкая, сочная, картофельного пюре — однородная, пышная, рыхлая и т.д.

Важнейшим показателем качества кулинарной продукции является вкус — ощущение, возникающее при возбуждении вкусовых рецепторов и определяемое качественно (сладкий, соленый, кислый, горький) и количественно (интенсивность вкуса).

Вкусовые ощущения, вызываемые пищевыми продуктами, являются, как правило, результатом воздействия двух или более основных вкусов на вкусовые рецепторы. Однако, пробуя то или иное блюдо, мы испытываем не только вкусовые ощущения, но и ряд других, дающих в совокупности представление о продукте. Поэтому показатель, определяемый как вкус, является суммой собственно вкусовых, осязательных ощущений и запаха, воспринимаемых нами при дегустации.

Правила проведения бракеража

Органолептическая оценка блюд и кулинарных изделий может дать точные результаты при условии правильной методики ее проведения и соблюдения ряда правил:

- Количество блюд или изделий, подвергающихся проверке одновременно, должно быть небольшим, так как впечатлительность органов чувств быстро снижается под влиянием усталости, а также наблюдается их адаптация (привыкание) к определенному раздражителю.
- Большое влияние на впечатлительность органов вкуса оказывает температура воздуха в помещении: при температуре выше 36 °С снижается впечатлительность в отношении кислого и горького вкусов, при температуре ниже 15 °С затрудняется выявление соленого вкуса.
- Резко снижается чувствительность вкусовых нервов при охлаждении поверхности языка до 0 °С или при нагревании до 45 °С.
- Оптимальной для дегустации считаю температуру воздуха 20 °С, температура блюд должна быть такой, при которой их отпускают.
- Помещение, где проводится органолептическая оценка изделий, должно быть хорошо и равномерно освещено.
- Освещение должно быть естественным, так как искусственный свет может изменить натуральную окраску продукта, что особенно важно при обнаружении различий в оттенках цвета, появляющихся в мясных и рыбных полуфабрикатах в процессе хранения и упаковки.
- В помещение не должны проникать посторонние запахи, могущие повлиять на оценку качества изделий.
- При органолептической оценке, как и в любом анализе, точность получаемых результатов зависит от профессиональных навыков работников, знания методики, тщательности ее выполнения. Поэтому работники, постоянно осуществляющие контроль качества продуктов питания, должны выработать в себе ярко выраженную чувствительность к вкусу, запаху, цвету и др.
- Перед тем как приступить к бракеражу, члены бракеражной комиссии (или работник лаборатории) должны ознакомиться с меню, рецептурой блюд и изделий, калькуляционными карточками или прейскурантом, технологией приготовления блюд (изделий), качество которых оценивается, а также с показателями их качества, установленными нормативно-техническими документами.
- Для проведения бракеража в распоряжении комиссии должны быть весы, ножи, поварская игла, черпаки, термометр, чайник с кипятком для ополаскивания приборов; у каждого члена бракеражной комиссии, кроме того, — две ложки, вилка, нож, тарелка, стакан с холодным чаем (или водой), блокнот и карандаш.
- Перед началом работы члены бракеражной комиссии должны надеть саночехол, тщательно вымыть руки теплой водой с мылом, несколько раз ополоснуть их и вытереть насухо.
- Бракераж начинают с определения массы готовых изделий и отдельных порций первых, вторых, сладких блюд и напитков.

- Штучные изделия взвешивают одновременно по 10 шт. и определяют среднюю массу одной штуки, готовые блюда отбирают из числа подготовленных к раздаче, взвешивая их раздельно в количестве трех порций, и рассчитывают среднюю массу блюда.
- Основное изделие, входящее в состав блюда (мясо, рыбу, птицу, котлеты, блинчики, сырники, порции запеканок, рулетов и др.), взвешивают в количестве 10 порций. Масса одной порции может отклоняться от нормы в пределах $\pm 3\%$, общая же масса 10 порций должна соответствовать норме. Так же устанавливают среднюю массу порций мяса, рыбы или птицы, с которыми отпускают первые блюда. Допустимые отклонения их массы от нормы $\pm 10\%$.
- На раздаче проверяют температуру блюд при отпуске, пользуясь лабораторным термометром (в металлической оправе) со шкалой 0...100 °С.
- Отдельные показатели качества контролируемых блюд и изделий оцениваются в такой последовательности: показатели, оцениваемые зрительно (внешний вид, цвет), запах, консистенция и, наконец, свойства, оцениваемые в полости рта (вкус и некоторые особенности консистенции — однородность, сочность и др.).
- Жидкие блюда для органолептической оценки наливают в общую тарелку, оценивают внешний вид, затем члены комиссии отбирают пробу в свои тарелки одной ложкой, а с помощью другой — дегустируют
- Плотные блюда (вторые, холодные, сладкие) после оценки внешнего вида нарезают на общей тарелке на куски, которые перекалывают в свои тарелки.
- Характеризуя внешний вид, обращают внимание на конкретные признаки этого важнейшего показателя, такие, как форма и ее сохранность в готовом блюде, состояние поверхности, вид на разрезе (изломе), тщательность оформления блюда и др.
- При определении запаха отмечают его характер и интенсивность.
- Учитывая, что при длительном воздействии организм перестает воспринимать запах, следует принимать во внимание лишь первое свежее впечатление (ощущение).
- Очень важно заметить появление посторонних запахов, не свойственных изделиям, что практически всегда свидетельствует об их дефектности.
- Определяя вкус пищи, следует помнить, что органы чувств, возбуждаемые сильными раздражителями, теряют впечатлительность и на воздействие слабых раздражителей не реагируют.
- Поэтому вначале пробуют блюда, имеющие слабовыраженный запах и вкус (например, крупяные супы), а затем те, вкус и запах которых выражены отчетливо.
- Сладкие блюда дегустируют последними.

Рецепторы вкуса отличаются большой специфичностью и определенным образом группируются на поверхности языка. Кончик языка более всего чувствителен к сладкому, основание его — к горькому, края в задней части языка сильнее ощущают кислый вкус, а в передней — соленый

Чтобы составить правильное и полное представление о вкусе изделия, пробу надо хорошо разжевать, распределить ее по всей поверхности ротовой полости и задержать на 5-10 с во рту,

чтобы растворимые вещества пищи перешли в слюну и образующийся раствор воздействовал на вкусовые рецепторы.

Разнообразные вкусовые ощущения возникают в ротовой полости с разной скоростью: быстрее всего — соленый вкус и почти столь же быстро — сладкий, несколько медленнее кислый и медленнее всего горький.

Поэтому, чтобы обнаружить горечь, пищу следует пережевывать медленно, и находиться во рту она должна дольше, чем при определении сладкого и соленого вкуса.

Нельзя брать в рот одновременно большое количество холодного блюда, чтобы сильно не охладить поверхность ротовой полости.

Так же, как при определении запаха, пробуя блюдо, следует доверяться первому впечатлению. Оно, как правило, наиболее полное и яркое.

Не рекомендуется одно и то же блюдо пробовать несколько раз.

После каждого опробования прополаскивают рот кипяченой водой или закусывают слегка зачерствевшим пшеничным хлебом.

Этим снимают так называемую вкусовую инерцию, которая возникает при поглощении вкусовых и ароматических веществ слизистой оболочкой рта и может извратить вкус блюд, дегустируемых позже.

Каждый показатель качества продукции (внешний вид, цвет, консистенция, запах, вкус) оценивается по пятибалльной системе:

5 — отлично; 4 — хорошо; 3 — удовлетворительно; 2 — неудовлетворительно; 1 — абсолютный брак, блюдо недоброкачественное.

Общая оценка выводится как среднее арифметическое с точностью до одного знака после запятой.

Блюдам (кулинарным изделиям), приготовленным в строгом соответствии с рецептурой и технологией, не имеющим по органолептическим показателям отклонений от установленных требований, дается оценка «отлично».

Если блюдо приготовлено с соблюдением рецептуры, но имеет незначительные отклонения от установленных требований, оно оценивается как хорошее. К таким отклонениям относят характерные, но слабовыраженные запах и вкус, наличие бесцветного или слабоокрашенного жира и неправильное соотношение жидкой и плотной частей в супах, недостаточно аккуратную или частично нарушенную форму нарезки, слегка переваренные, но сохранившие форму овощи, слегка пересоленный или недосоленный бульон, небрежное оформление блюда, недостаточно интенсивный или неравномерный цвет и т.д.

Блюда, имеющие более значительные отклонения от требований кулинарии, но годные для реализации без переработки, оцениваются как удовлетворительные. К недостаткам таких блюд относят несоблюдение соотношений компонентов, подсыхание поверхности изделий, их подгорание, нарушение формы изделий, крупную неравномерную нарезку овощей для салатов, привкусы осалившегося жира или сметаны повышенной кислотности, неоднородность соусов,

слабый или чрезмерно резкий запах специй, наличие жидкости в салатах, переваренность круп (макаронных изделий), жестковатую консистенцию мяса, птицы и др.

Неудовлетворительную оценку получают изделия с посторонним, не свойственным им привкусом (сырой крупы, непассерованной муки, кислой капусты) и запахом (пареных или сильно пережаренных овощей и др.), пересоленные, резко кислые, с отчетливым привкусом горечи, недоваренные или недожаренные, подгорелые, утратившие форму, с не свойственной им консистенцией, а также неполновесные.

Если при органолептической оценке хотя бы один из показателей оценивается в 2 балла, то такое изделие реализации не подлежит и комиссия снимает его с продажи.

Если обнаруженные недостатки можно устранить, изделие направляют на доработку. При невозможности исправить недостатки продукцию используют для переработки или переводят в брак, оформляя это соответствующим актом.

Забракованная продукция может быть уничтожена после дополнительного ее обследования комиссией. Все нарушения технологии приготовления пищи обсуждаются с работниками цехов в ходе проведения бракеража, а лица, допустившие выпуск забракованной продукции, привлекаются к материальной и административной ответственности

При бракераже можно руководствоваться шкалами снижения балльных оценок качества продукции за несоблюдение технологии производства.

Размер снижения балльной оценки (при пятибалльной системе) определяется видом нарушения технологии, рецептуры, правил отпуска и колеблется от 0,2 до 3 баллов. Результаты проверки качества кулинарной продукции записываются в бракеражный журнал до начала ее реализации и оформляются подписями всех членов комиссии.

Он должен быть пронумерован, прошнурован и скреплен печатью.

Ответственность за ведение бракеражного журнала несет председатель бракеражной комиссии

Контроль, осуществляемый на предприятии.

На предприятиях, где нет технологических пищевых лабораторий, качество продукции контролируют органолептически.

Если в результате органолептического исследования будет обнаружено расхождение между качеством сырья и данными сопроводительных документов, материально ответственное лицо и руководитель предприятия отражают это в специальном акте.

Блюда и изделия, органолептические показатели которых полностью соответствуют требованиям рецептуры и технологии, оценивают на «отлично» или пятью баллами.

Блюда и изделия с незначительными недостатками в оформлении, форме нарезки продуктов без отклонений от рецептуры и технологии оценивают на «хорошо» или четырьмя баллами.

Нарушения рецептуры или технологии изготовления блюда, не связанные с необходимостью его переработки, снижают оценку блюда до «удовлетворительно» или трех баллов.

Неудовлетворительную оценку или два балла ставят, если из-за грубого нарушения рецептуры или технологии блюда не могут поступать на реализацию без доработки или переработки (недоваренные, недожаренные, подгоревшие, сильно пересоленные, очень кислые или горькие).

Недоброкачественное блюдо оценивают в один балл и к реализации не допускают. Результаты оценки качества изделий регистрируют в специальном бракеражном журнале до начала ее реализации.

Практическая часть

Задание 1. Ответьте на вопросы

1. Что называется бракеражем пищи?
2. По каким показателям определяют качество готовых блюд?
3. По какой шкале оцениваются готовые блюда?
4. В какой документ заносятся оценки за блюдо?
5. Какие блюда не допускаются к реализации?

Задание 2. Дайте оценку качества готовых блюд по предложенным показателям качества, используя информацию, приведённую в таблице 18.

Блюдо	Показатели качества				Оценка качества
	Внешний вид	Цвет	Консистенция	Вкус	
Суп-пюре	Масса однородная, без кусочков непотертых продуктов	Соответствует основному продукту	Эластичная	Посторонний вкус	
Рассольник ленинградский	На поверхности блёски жира, овощи сохранили форму нарезки	Бесцветный	Овощи мягкие, огурцы слегка хрустящие, крупа хорошо разварена	Огуречного рассола, острый, в меру солёный	
Суп-лапша домашняя	Макаронные изделия, коренья сохранили форму частично. Бульон мутноватый.	Жёлтый	Коренья и макаронные изделия мягкие	В меру солёный	

Группа 13 А

22.05.2020 год

Метрология и стандартизация

Государственный метрологический надзор

23.05.2020 год

Понятие о качестве продукции

Практическая работа № 2. Изучение методов определения показателей качества продукции

Т.А Качурина «Метрология и стандартизация» учебник для СПО Москва, издательский центр Академия, 2017 год, 127 стр.

В.Ю.Шишмарев «Метрология, стандартизация, сертификация и техническое регулирование» учебник для СПО Москва, издательский центр Академия, 2017 год, 318 стр.

13А Инф.технологии в профессиональной деятельности

Учебники:

1. Михеева Е.В. Информационные технологии в профессиональной деятельности/12-е издание/, Академия-2013г.
2. Тарасова Е.Ю., Михеева Е.В. Информационные технологии в профессиональной деятельности экономиста и бухгалтера/9-е издание/ Академия, 2014г.
3. Михеева Е.В. Практикум по информационным технологиям в профессиональной деятельности/15-е издание стер./ Академия, 2015г.
4. Электронно-библиотечная система ВООК.ru

Практическая работа №5: Оформление формул в редакторе MS Word.

Цель: Оформление формул в редакторе MS Word.

Оборудование: ПК


Теоретическая часть:

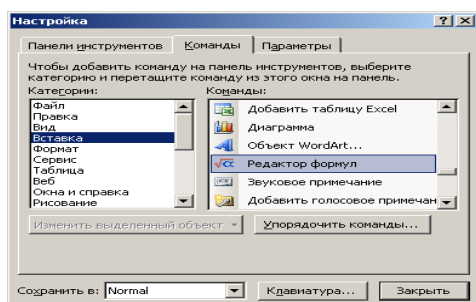
Варианты запуска редактора формул:

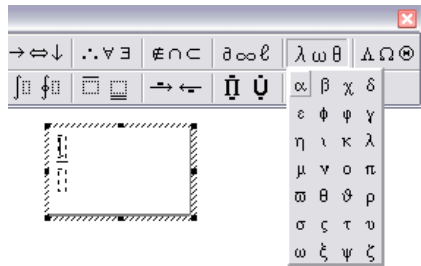
1 способ) ВСТАВКА → ОБЪЕКТ → Microsoft Equation 3.0

2 способ) Нажать на кнопку  на панели инструментов. Появится **окно редактора формул**



Примечание: если такой кнопки  нет на панели инструментов ее можно вынести в ручную, для этого: в меню СЕРВИС – НАСТРОЙКА на закладке КОМАНДЫ в левой части выбрать пункт **Вставка**, а из правой части перетащить мышкой найденную кнопку **Редактор формул** в любое место панели инструментов.





Формулу можно создать с помощью выбора шаблонов и символов на панели инструментов и ввода чисел и переменных в отведенные для них места

- После создания формулы щелкните мышью за пределами окна формулы и Вы вернетесь к работе с документом.
- Каждую формулу рекомендуется набирать отдельно.
- Для редактирования уже существующей формулы необходимо дважды щелкнуть ЛКМ по формуле.

Практическая часть:

1. Введите формулы:

а) $y = \frac{k}{x}$ б) $\sin^2 \alpha + \cos^2 \alpha = 1$ в) $y = kx^2$ г) $Y_k = \sum_{m=0}^{N-1} X_m \cdot \sin\left(\frac{2 \cdot \pi}{N}\right)$

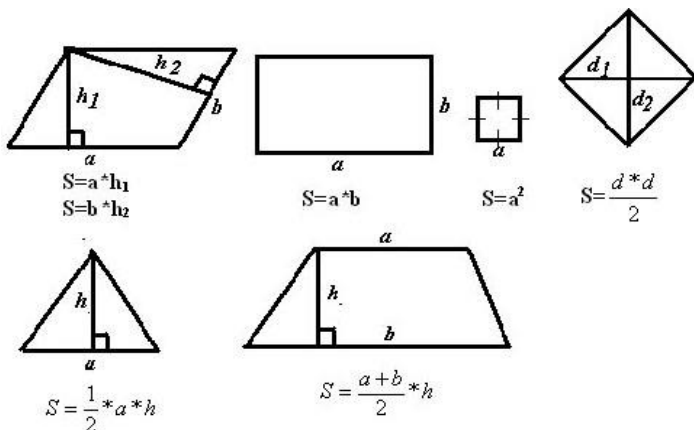
2. Скопируйте все формулы и отредактируйте их по следующему образцу:

а) $y = \frac{k+3}{6-x}$ б) $\sin^2 \alpha = 1 - \cos^2 \alpha$ в) $y = \frac{1}{k} - x^2$ г) $Y_k = \sum_{m=0}^{N-1} X_m \cdot \sin\left(\frac{2 \cdot \pi}{N} \cdot k \cdot m\right)$

3. Введите следующие выражения:

а) $y = \begin{cases} x^2 - b, & \text{если } x > 7; \\ 2 - x, & \text{если } x \leq 7. \end{cases}$ б) $y = \begin{cases} x - \sqrt[3]{9k+4} + k; \\ |2x + 3k| - 3x; \\ (5x - \sqrt[3]{9k+4}). \end{cases}$

4 Нарисуйте памятку «Площади плоских фигур»



Выполните контрольную работу № 1 по вариантам.

1 вариант

Задание 1. Стил. Форматирование текста.

Наберите текст объявления (вставьте любой рисунок логотипа). Для ввода текста справки создайте и сохраните стиль «Ваша фамилия» со следующими параметрами: основан на стиле «Обычный»; шрифт – Arial; размер 15 пт; одинарный межстрочный интервал, красная строка 0.5 см. Стил «шапки» и «подвала» на Ваше усмотрение, но элементы форматирования должны быть сохранены, как показано ниже. Обратите внимание на расположение рисунка, выравнивание и обрамление текста.



Волгоградский энергетический колледж

Объявление

Начинается набор студентов на курсы Волгоградского энергетического колледжа

✉ Адрес: Турбинная 269 / тел.: 30-74-73 /

/ тел.: 30-74-73 /

тел.: 30-74-73

тел.: 30-74-73

тел.: 30-74-73

тел.: 30-74-73

тел.: 30-74-73

тел.: 30-74-73

тел.: 30-74-73

тел.: 30-74-73

Задание 2. Оформление и рисунки

Разместите на странице:

- элемент оформления WordArt с текстом, повторяющим заголовок страницы;
- рисунок из коллекции клипов Word;
- рисунок созданный средствами графического редактора Word (использовать от 2 до 4 элементов).

Создайте автоматическую нумерацию рисунков и подписи под каждым рисунком.

Задание 3. Форматирование страниц и документа в целом.

Создайте колонтитул документа, включающий автоматически формируемую дату создания документа и Вашу фамилию. Пронумеруйте страницы документа в правом верхнем углу. На новой странице создайте список рисунков и общее оглавление документа. Сохраните результат.

2 вариант

Задание 1. Стиль. Форматирование текста.

Наберите текст справки (вставьте любой рисунок логотипа). Для ввода **текста** справки создайте и сохраните стиль «Ваша фамилия» со следующими параметрами: основан на стиле «Обычный»; шрифт – Georgia; размер 13 пт; двойной межстрочный интервал, красная строка 1.5 см. Стиль «шапки» и «подвала» на Ваше усмотрение, но элементы форматирования должны быть сохранены, как показано ниже. Обратите внимание на расположение рисунка, выравнивание и оформление текста.

<p>Волгоградский энергетический колледж</p> <p>Объявление</p> <p>Для студентов <u>I-го курса</u> Волгоградский энергетический колледж организуется экскурсия в г.Москва</p> <p>Адрес: ул. ул. Турбинная 261 /☎ тел.для справок:30-74-73/</p>

тел.:30-74-73	тел.:30-74-73	тел.:30-74-73	тел.:30-74-73	тел.:30-74-73	тел.:30-74-73	тел.:30-74-73
---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------

Задание 2. Оформление документа.

Создайте собственную визитную карточку размером 89 на 49 мм. по образцу, используя элементы WordArt и специальные символы.

<p>*Волгоградский энергетический колледж</p> <p>Петров Виктор Петрович</p> <p>студент группы _____</p> <hr/> <p>✉ Волгоград, ул. _____ д. _____</p> <p>☎ (4882)351-412</p>
--

Задание 3. Форматирование страниц и документа в целом

Создайте колонтитул документа, включающий автоматически формируемую дату создания документа, количество страниц документа и Вашу фамилию. Пронумеруйте страницы документа в правом верхнем углу. На новой странице создайте общее оглавление документа. Сохраните результат