

Сырье	Масса на 1 порцию, г		Масса нетто, кг, на число порций	
	брутто	нетто	50	75

2. Укажите название сырья и рассчитайте его необходимое количество для приготовления 25 и 75 порций сметанного соуса. Выход 1 порции — 50 г. Результаты занесите в табл. 8.2.

Таблица 8.2. Расход продуктов для приготовления 25 и 75 порций сметанного соуса

Сырье	Масса на 1 порцию, г		Масса нетто, кг, на число порций	
	брутто	нетто	25	75

Вариант 3

1. Рассчитайте необходимое количество томатного пюре с содержанием сухих веществ 12 % для приготовления 1 000 г томатного соуса, если на производстве имеется томатное пюре с содержанием сухих веществ 35...40 %.

2. Рассчитайте необходимое количество цельного сухого молока для приготовления 150 порций молочного сладкого соуса. Выход 1 порции — 50 г.

Вариант 1

1. Дайте характеристику соусу красному основному, его производным и их особенностям.
2. Опишите ассортимент и дайте характеристику бульонов для приготовления соусов.

Вариант 2

1. Опишите ассортимент молочных супов и дайте их характеристику. Каковы их особенности варки? Какая технология приготовления соуса «Субиз» вам известна?
2. Как провести органолептический анализ (бракераж) соусов?

Вариант 3

1. В чем заключается технология приготовления соуса белого основного? Дайте характеристику его производных. Каковы особенности их приготовления?
2. Каким может быть ассортимент мучных пассеровок для приготовления соусов?

Вариант 4

1. Каковы особенности приготовления соуса майонез? Дайте характеристику ассортимента производных соусов.
2. Опишите организацию рабочего места повара соусного отделения.

Вариант 5

1. Каковы особенности соусов на уксусе и ассортимент производных? В чем заключается технология приготовления соуса «Маринад с томатом»?
2. Опишите оборудование, посуду и инвентарь, применяемые при приготовлении соусов.

Вариант 6

1. Каковы ассортимент, характеристика и особенности варки сладких соусов? Опишите технологию приготовления соуса «Абрикосовый».

2. Каковы ассортимент и кулинарное использование масляных смесей?

ТЕМЫ СООБЩЕНИЙ, РЕФЕРАТОВ, ДОКЛАДОВ И ЭССЕ

1. Его величество — МАЙОНЕЗ.
2. Ароматизированный уксус.
3. Соусы на основе РУ (загустители РУ — пассерованная мука).
4. Соусы классической французской кухни — бешамель, вельюте, кардинал ... Что скрыто в названии?
5. Соусы к мясным блюдам.
6. Соусы к рыбным блюдам.
7. Аппетитные соусы.
8. Сладкие соусы.
9. Пряности и приправы — новый вкус привычных блюд.
10. Соусы — показатель поварского искусства.
11. «Музовники» и «взвары к жаркому» — соусы старинной русской кухни.
12. Соевый соус.

БЛЮДА И ГАРНИРЫ ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

1. Опишите процессы, способствующие размягчению овощей при тепловой обработке
2. Какие факторы влияют на содержание в продуктах витамина С?
3. Как может измениться окраска овощей при тепловой обработке?
4. Опишите последовательность технологических операций при приготовлении картофельного пюре. В чем заключаются требования к его качеству и хранению?
5. Какова последовательность технологических операций при приготовлении вареных корнеплодов, капустных и прочих овощей при приготовлении блюд и гарниров? Опишите ассортимент блюд, требования к их качеству и хранению.
6. В чем состоят основные отличия припускания овощей от тушения?
7. Каковы технологические особенности жаренья различных овощей основным способом, ассортимент блюд и требования к их качеству и хранению?
8. Каковы технологические особенности жаренья различных овощей во фритюре, ассортимент блюд и требования к их качеству и хранению?
9. Проанализируйте особенности приготовления и отпуска жареных изделий из овощных масс (котлеты, крокеты, зразы) и требования к их качеству и хранению.
10. Охарактеризуйте особенности приготовления и отпуска запеченных изделий из овощей, требования к их качеству и хранению и ассортимент блюд из них.
11. Каковы особенности жаренья моркови и кабачков?

12. Проанализируйте особенности приготовления запеченных блюд из овощных масс, требования к их качеству и хранению и ассортимент блюд из них.

13. Как используются консервированные овощные полуфабрикаты при приготовлении овощных блюд?

14. Как произвести органолептический анализ (бракераж) блюд из овощей?

15. Расскажите об особенностях химического состава грибов и их пищевой ценности.

16. Объясните причину низкой усвояемости грибов.

17. В чем заключаются требования к качеству свежих и сушеных грибов, требования, предъявляемые к качеству шампиньонов, поступающих на предприятия общественного питания?

18. Каковы особенности приготовления блюд из грибов, требования к качеству и хранению, ассортимент блюд из них?

19. Каковы назначение, принцип действия и правила эксплуатации механизма МС7-100 (протирочный механизм)?

20. Расскажите о назначении, принципе действия и правилах эксплуатации машины МКП-60.

21. Опишите назначение, принцип действия и правила эксплуатации фритюрницы ФЭСМ-20.

22. Каковы виды электрических секционно-модулированных плит, устройство и принцип действия и правила их эксплуатации?

23. Опишите оборудование, посуду и инвентарь, применяемые при приготовлении блюд из овощей и грибов.

24. В чем заключаются санитарные требования к тепловой обработке овощей и грибов и процессу приготовления блюд из них?

25. Как осуществить санитарный контроль качества готовых блюд из овощей и грибов?

26. В чем заключаются санитарные требования к транспортировке и хранению блюд из овощей и грибов?

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Выберите правильный или наиболее полный вариант ответа.

1. В чем состоит отличие гарнира от блюда:

- а) гарниры всегда подают к блюдам из мяса, рыбы или птицы;
- б) меньшей нормой выхода;
- в) гарнир всегда подают к блюду, для него меньше норма выхода, меньше норма закладки масла.

2. Почему нельзя долго хранить очищенные овощи:
 - а) разрушается витамин С;
 - б) меняется консистенция;
 - в) пропадают вкус и аромат?
3. Выберите условия тепловой обработки при жаренье овощей основным способом:
 - а) овощи закладывают в кипящую подсоленную воду, покрывая их слоем толщиной 1...2 см, и варят при закрытой крышке;
 - б) нарезанные овощи кладут на хорошо разогретую сковороду с жиром (10 % от массы продукта) при температуре 130... 160 °С;
 - в) подготовленные овощи заливают водой из расчета на 1 кг продукта 0,3 л воды, добавляют жир и доводят до готовности при закрытой крышке и слабом кипении.
4. Выберите условия тепловой обработки при варки овощей:
 - а) овощи закладывают в кипящую подсоленную воду, покрывая их слоем толщиной на 1...2 см, и варят при закрытой крышке;
 - б) нарезанные овощи кладут на хорошо разогретую сковороду с жиром (10 % от массы продукта) при температуре 130... 160 °С;
 - в) подготовленные овощи заливают водой из расчета на 1 кг продукта 0,3 л воды, добавляют жир и доводят до готовности при закрытой крышке и слабом кипении.
5. Выберите условия тепловой обработки при припускании овощей:
 - а) овощи закладывают в кипящую подсоленную воду и варят при закрытой крышке;
 - б) нарезанные овощи кладут на хорошо разогретую сковороду с жиром (10 % от массы продукта) при температуре 130... 160 °С;
 - в) подготовленные овощи заливают водой из расчета на 1 кг продукта 0,3 л воды, добавляют жир и доводят до готовности при закрытой крышке и слабом кипении.
6. Выберите условия тепловой обработки при тушении овощей:
 - а) подготовленные овощи заливают соусом и доводят до готовности при закрытой крышке, подлив жидкость в количестве 10... 15 % от массы овощей;
 - б) подготовленные овощи заливают водой из расчета на 1 кг продукта 0,3 л воды, добавляют жир и доводят до готовности при закрытой крышке и слабом кипении;

- в) подготовленные овощи смазывают сметаной, заливают соусом или посыпают тертым сыром, готовят при температуре 250...280 °С.
7. Какой вид панировки используют для приготовления шницеля из капусты:
- а) мучная;
 - б) белая сухарная;
 - в) красная сухарная;
 - г) двойная?
8. Что способствует увеличению сроков варки бобовых:
- а) добавление соли в процессе варки;
 - б) добавление горячей воды в процессе варки;
 - в) предварительное замачивание бобовых?
9. Почему вареный картофель не темнеет:
- а) сахар подвергается гидролизу;
 - б) крахмал клейстеризируется;
 - в) ферменты разрушаются под действием температуры?
10. Выберите правильный способ варки свежемороженых овощей:
- а) овощи оттаивают и варят в подкисленной воде;
 - б) овощи, не оттаивая, помещают в горячую воду и варят;
 - в) овощи, не оттаивая, помещают в холодную воду и варят.
11. При какой температуре вареного картофеля его протирают для приготовления пюре:
- а) 100 °С;
 - б) 80 °С;
 - в) 55 °С?
12. Укажите машину, предназначенную для приготовления картофельного пюре:
- а) МРО-400-1000;
 - б) МП-800;
 - в) МКП-60.
13. Калибровка картофеля перед очисткой необходима:
- а) для большей загрузки картофеля в рабочую камеру;
 - б) равномерной очистки картофеля;
 - в) более быстрой загрузки.
14. Выберите способы подачи отварных овощных блюд с соусом:
- а) соус поливают сверху, подливают сбоку, подают отдельно;
 - б) соус подливают сверху, подают отдельно;
 - в) соус подливают сбоку, подают отдельно.
15. Выберите способы подачи овощных блюд, жаренных основным способом, с соусом:

- а) соус подливают сбоку, подают отдельно;
- б) соус подливают сбоку, поливают сверху;
- в) соус подают отдельно.

ЗАДАЧИ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО РЕШЕНИЯ

Вариант 1

1. Масса очищенного картофеля 56 кг. Потери при тепловой обработке составляют 3 % от массы нетто сырого картофеля. Определите массу вареного картофеля.

2. Рассчитайте закладку соли, специй и зелени для приготовления 25 порций капустных котлет.

Вариант 2

1. Масса очищенного картофеля — 56 кг, масса жареного — 38 кг 640 г. Определите потери, %, при тепловой обработке картофеля.

2. Рассчитайте, используя колонку I Сборника рецептур, массу брутто и нетто картофеля для приготовления отварного картофеля в ноябре в качестве гарнира для филе.

3. Рассчитайте, используя II колонку Сборника рецептур, количество порций свекольных котлет, которое можно приготовить из 7 кг свеклы в мае.

ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАНТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Вариант 1

1. Опишите ассортимент блюд из запеченных овощей. В чем заключается технология приготовления овощной солянки?

2. Составьте карточку дефектов блюда «Картофель в молоке».

Вариант 2

1. Опишите общие правила тушения овощей, ассортимент блюд из тушеных овощей и особенности приготовления блюд из них. В чем заключается технология приготовления рагу из овощей?

2. Опишите устройство, принцип действия и правила эксплуатации механизма МС7-100 (протирочный механизм).

Вариант 3

1. Каковы общие правила жаренья овощей во фритюре и ассортимент блюд из них? Опишите технологию приготовления картофельных крокетов.

2. В чем заключаются санитарные требования к транспортированию и хранению блюд из овощей и грибов?

Вариант 4

1. Опишите общие правила жаренья овощей основным способом и ассортимент блюд из них. В чем заключается технология приготовления шницеля из капусты?

2. Составьте технологическую схему приготовления овощных голубцов.

Вариант 5

1. Каковы общие правила варки и припускания овощей и ассортимент блюд из них? Опишите технологию приготовления картофеля в молоке.

2. Опишите устройство, принцип действия и правила эксплуатации фритюрницы типа ФЭСМ-20.

Вариант 6

1. Опишите ассортимент овощных запеканок. В чем заключается технология приготовления овощной солянки?

2. Опишите оборудование, посуду и инвентарь, применяемые при приготовлении блюд из овощей и грибов.

ТЕМЫ СООБЩЕНИЙ, РЕФЕРАТОВ, ДОКЛАДОВ И ЭССЕ

1. Цельтерьяница-кукуруза.
2. Всякому овощу ...
3. Печеный или вареный?
4. А «в мундире» — лучше.
5. Незаслуженно забытый овощ (репа, брюква).
6. Соя. Блюда из сои.
7. Груша земляная — что это?
8. Фасоль или турецкие бобы и их лопатки.

БЛЮДА ИЗ КРУП, БОБОВЫХ И МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

1. Опишите клейстеризацию крахмала, ее основные параметры и роль в кулинарной практике.

2. В чем заключается процесс старения крахмала? Каково его влияние на качество продукции?

3. В чем состоит роль воды в доведении до кулинарной готовности бобовых и круп?

4. Дайте сравнительную характеристику рассыпчатых, вязких и жидких каш. Каковы особенности приготовления и отпуска, требования к их качеству и хранению?

5. Каковы особенности приготовления блюд и гарниров из круп и требования к их качеству и хранению? Охарактеризуйте ассортимент блюд из них.

6. Опишите основные технологические операции и их параметры при приготовлении блюд и гарниров из бобовых.

7. Дайте сравнительную характеристику двух способов варки макаронных продуктов (сливной и несливной).

8. Какие крупяные концентраты, не требующие тепловой обработки, вам известны? Каковы их преимущества и недостатки?

9. Каковы назначение, принцип действия и правила эксплуатации шкафа жарочного электрического секционнно-модульного типа ШЖЭСМ-2К?

10. Опишите оборудование, посуду и инвентарь, применяемые при приготовлении блюд из круп, бобовых и макаронных изделий.

11. В чем заключаются санитарные требования к тепловой обработке продуктов и процессу приготовления блюд?

12. Как осуществить санитарный контроль качества готовых блюд из круп, бобовых и макаронных изделий?

13. В чем заключаются санитарные требования к транспортировке и хранению блюд из круп, бобовых и макаронных изделий?

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Выберите правильный или наиболее полный вариант ответа.

1. Какие крупы получают из пшеницы:
 - а) перловая, ячневая;
 - б) «Полтавская», «Артек»;
 - в) рисовая, гречневая ядрица?
2. Что варится дольше всего:
 - а) манная, рисовая крупа;
 - б) фасоль, перловая крупа;
 - в) пшено шлифованное, продел гречневый.
3. С какой целью рекомендуется сочетать крупы с другими продуктами (молоко, творог, яйцо и др.):
 - а) крупы лучше развариваются;
 - б) повышается качество белкового состава круп;
 - в) крупы лучше усваиваются?
4. Как определяют количество жидкости для приготовления каш различной консистенции:
 - а) на основании расчетов;
 - б) по таблице в Сборнике рецептур блюд и кулинарных изделий;
 - в) на глаз?
5. Почему бобовые промывают только холодной водой:
 - а) для предупреждения развития молочнокислого брожения;
 - б) сохранения питательных веществ;
 - в) сохранения формы?
6. Что способствует уменьшению времени варки бобовых:
 - а) помещение в горячую воду;
 - б) замачивание в холодной воде на 2...3 ч;
 - в) варка при сильном кипении?
7. Что способствует сохранению формы бобовых:
 - а) замачивание в холодной воде;
 - б) варка при слабом кипении и закрытой крышке;
 - в) при варке подливают только горячую воду?
8. Что способствует увеличению времени варки бобовых:
 - а) добавление при варке холодной воды, соли, томата;
 - б) добавление при варке горячей воды;
 - в) замачивание в холодной воде?

9. Какие из перечисленных макаронных изделий относят к трубчатым:
- а) ракушки, спиральки;
 - б) вермишель, спагетти;
 - в) макароны, перья?
10. В чем отличие пудинга от запеканки:
- а) в состав пудинга обязательно входит творог;
 - б) пудинг более сдобный, в него добавляют цукаты и отдельно вводят взбитые белки;
 - в) пудинг готовят методом запекания?
11. В чем отличие крупеника от запеканки:
- а) в состав крупеника обязательно входит творог;
 - б) крупеник более сдобный, в него добавляют цукаты и отдельно вводят взбитые белки;
 - в) крупеник готовят методом запекания?

ЗАДАЧИ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО РЕШЕНИЯ

Вариант 1

1. Рассчитайте количество крупы, жидкости и соли для приготовления 20 порций пшенной рассыпчатой каши (выход 1 порции 200 г).
2. Рассчитайте количество крупы, жидкости и соли для приготовления 30 порций рисовой вязкой каши (выход 1 порции 150 г).

Вариант 2

1. Рассчитайте количество крупы, жидкости и соли для приготовления 50 порций манной жидкой каши (выход 1 порции 200 г).
2. Рассчитайте количество крупы, жидкости и соли для приготовления 35 порций гречневой рассыпчатой каши из ядрицы (выход 1 порции 150 г).

Вариант 3

1. Рассчитайте количество крупы, жидкости и соли для приготовления 45 порций кукурузной вязкой каши (выход 1 порции 200 г).
2. Рассчитайте количество крупы, жидкости и соли для приготовления 50 порций пшеничной жидкой каши (выход 1 порции 200 г).

Вариант 4

1. На производстве отсутствует коровье пастеризованное цельное молоко. Рассчитайте, какое количество стерилизованного сгущенного молока в банках понадобится для приготовления 30 порций рисовой запеканки, если на 1 порцию необходимо 100 г цельного молока.

2. Рассчитайте необходимое количество макарон, воды, соли и жира на 100 порций отварных макарон по рецептуре Сборника рецептур. Выход 1 порции — 150 г.

Вариант 5

1. Рассчитайте, используя колонку II Сборника рецептур, необходимое количество гороха (массы брутто и нетто) для приготовления 100 порций гороха с копченой грудинкой.

2. Рассчитайте, используя колонку I Сборника рецептур, необходимое количество крупы, жидкости и соли для приготовления 100 порций рассыпчатой гречневой каши (из ядрицы неподжаренной).

ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАНТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Вариант 1

1. В чем заключаются правила варки рассыпчатых каш и их кулинарное использование?

2. Составьте карточку дефектов лапшевника с творогом.

Вариант 2

1. Дайте характеристику способов варки макаронных изделий.

2. Составьте технологическую схему приготовления крупеника.

Вариант 3

1. Каковы правила варки вязких каш, ассортимент и характеристика блюд из каш?

2. В чем заключаются санитарные требования к хранению блюд из круп, бобовых и макаронных изделий?

Вариант 4

1. Каковы особенности варки бобовых? Дайте характеристику блюд из бобовых.
2. Составьте карточку дефектов манных биточков.

Вариант 5

1. В чем особенности приготовления молочных каш из разных круп?
2. Каково значение в питании человека блюд из круп, бобовых и макаронных изделий?

Вариант 6

1. Как подготовить бобовые к варке? Какие процессы происходят с бобовыми при кулинарной обработке?
2. Составьте технологическую схему приготовления макарон с сыром.

ТЕМЫ СООБЩЕНИЙ, РЕФЕРАТОВ, ДОКЛАДОВ И ЭССЕ

1. Азиатская лапша.
2. Изделия из лапшового теста с начинкой.
3. Лапшовое тесто.
4. Крупы и их приготовление.
5. Рис в рационе питания. Разновидности риса.
6. Горох — солидное семейство.
7. Кто изобрел макароны?
8. Каша — повседневное, ритуальное, обрядовое блюдо.
9. Самая полезная каша.
10. Искусственные крупы.
11. Овсяный кисель — прародитель всех киселей.
12. Кускус, полента, тортальяс.

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

1. Опишите способы тепловой обработки рыбы. Каковы факторы, влияющие на выбор способа тепловой обработки рыбы?

2. Охарактеризуйте особенности приготовления блюд из вареной рыбы (виды рыб, полуфабрикаты, температура варки, время варки, гарниры и соусы к отварной рыбе, оформление).

3. Каковы ассортимент блюд из вареной рыбы и требования к их качеству и хранению?

4. Какие химические изменения происходят с рыбой при варке? Каково их влияние на пищевую ценность и внешние характеристики продуктов?

5. Охарактеризуйте особенности приготовления блюд из рыбы, жаренной основным способом (виды рыб, полуфабрикаты, температура, продолжительность жаренья, гарниры и соусы к рыбе жареной, оформление).

6. Каковы ассортимент блюд из рыбы, жаренной основным способом, требования к их качеству и хранению?

7. Охарактеризуйте особенности приготовления блюд из рыбы, жаренной во фритюре (виды рыб, полуфабрикаты, температура и продолжительность жаренья, гарниры и соусы к рыбе жареной, оформление).

8. Каковы ассортимент блюд из рыбы, жаренной во фритюре, требования к их качеству и хранению?

9. Охарактеризуйте особенности тушения рыбы (виды рыб, полуфабрикаты, температура и продолжительность тепловой обработки, гарниры и соусы к рыбе тушеной, оформление).

10. Каковы ассортимент блюд из рыбы тушеной?

11. Каковы особенности запекания рыбы (виды рыб, полуфабрикаты, температура и время запекания, гарниры и соусы к рыбе

запеченной, оформление), ассортимент блюд из запеченной рыбы и требования к качеству и хранению?

12. Охарактеризуйте особенности приготовления блюд из рыбной котлетной массы (виды рыб, полуфабрикаты, температура и продолжительность тепловой обработки, гарниры и соусы).

13. Каковы ассортимент блюд из рыбной котлетной массы, требования к ее качеству и хранению?

14. Как провести органолептический анализ (бракераж) блюд из рыбы?

15. Охарактеризуйте известные вам блюда из морепродуктов.

16. Каковы назначение, принцип действия, правила эксплуатации аппарата пароварочного электрического секционного модульного АПЭСМ-2?

17. Каковы назначение, принцип действия и правила эксплуатации сковороды СЭ-1?

18. Каковы назначение, принцип действия, правила эксплуатации плиты электрической мармитной ПЭМ-5?

19. Опишите оборудование, посуду и инвентарь, применяемые при приготовлении блюд из рыбы.

20. В чем заключаются санитарные требования к тепловой обработке продуктов и процессу приготовления блюд из рыбы?

21. Как осуществить санитарный контроль качества готовой пищи?

22. В чем заключаются санитарные требования к транспортировке и хранению блюд из рыбы?

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Выберите правильный или наиболее полный вариант ответа.

1. Как изменяются неполноценные белки рыбы под действием тепловой обработки:
 - а) разрушаются;
 - б) переходят в отвар;
 - в) переходят в клейкое вещество глютин?
2. Почему при тепловой обработке рыба размягчается:
 - а) происходит денатурация и коагуляция белка;
 - б) коллаген переходит в глютин;
 - в) вытапливается жир?
3. Каковы условия варки рыбы звеньями:
 - а) куски рыбы укладывают кожей вниз, заливают холодной водой (2 л на 1 кг рыбы);

- б) куски рыбы укладывают в один ряд кожей вверх, заливают горячей водой;
 - в) куски рыбы укладывают брюшком вниз, заливают холодной водой?
4. Каковы условия варки рыбы порционными кусками:
- а) куски рыбы укладывают кожей вниз, заливают холодной водой (2 л на 1 кг рыбы);
 - б) куски рыбы укладывают в один ряд кожей вверх, заливают горячей водой;
 - в) куски рыбы укладывают брюшком вниз, заливают холодной водой?
5. Какой соус используют для приготовления рыбы, запеченной с картофелем по-русски:
- а) томатный;
 - б) сметанный;
 - в) молочный;
 - г) паровой;
 - д) белый?
6. Какая классификация рыбных блюд наиболее полная:
- а) отварные, припущенные, жареные, запеченные блюда;
 - б) жареные, припущенные, запеченные блюда;
 - в) отварные, припущенные, жаренные основным способом, во фритюре; запеченные?
7. Укажите причину уменьшения массы рыбы при тепловой обработке:
- а) плавление жиров;
 - б) изменение коллагена;
 - в) уплотнение белков с выpressовыванием межмышечного сока.
8. Какие добавки помогут сохранить форму нежной рыбы при ее варке:
- а) уксус столовый, специи и томат-пюре;
 - б) уксус столовый, огуречный рассол и лимонная кислота;
 - в) лимонная кислота, уксус столовый и соевый соус?
9. Когда снимают пену с поверхности бульона при припускании рыбы:
- а) после закипания;
 - б) в процессе варки;
 - в) не снимают?
10. Какой температурный режим рекомендуется при варке рыбы:
- а) 100 °С;
 - б) 85...90 °С;

- в) 65 °С?
11. Какие гарниры рекомендуют к припущенной рыбе:
- картофель отварной, картофельное пюре;
 - картофель отварной, рис припущенный, картофель пай;
 - овощи отварные, жареные, каши рассыпчатые?
12. Какие соусы рекомендуют к отварной рыбе:
- соус рассол, паровой;
 - «Польский», «Голландский», томатный;
 - «Польский», томатный, майонез?
13. Как подают соус к рыбе припущенной:
- всегда поливают сверху;
 - поливают сверху, подают отдельно;
 - подливают сбоку, поливают сверху, подают отдельно?
14. Какие полуфабрикаты используют для жаренья основным способом:
- в целом виде с головой, порционные куски филе с кожей и костями;
 - в целом виде с головой, порционные куски филе с кожей и костями, филе с кожей без костей;
 - в целом виде с головой, порционные куски филе с кожей и костями, филе без кожи и костей?
15. Какие виды панировки используют, подготавливая полуфабрикаты для жаренья основным способом:
- мучная, красная сухарная;
 - красная сухарная, белая хлебная и двойная;
 - красная сухарная, белая хлебная, мучная, смесь красной сухарной и белой хлебной?
16. Укажите температурный режим при жаренье рыбы основным способом в жарочном шкафу:
- 140 ... 160 °С;
 - 250 ... 280 °С;
 - 120 ... 140 °С.
17. Укажите температурный режим при жаренье рыбы в жарочном шкафу:
- 140 ... 160 °С;
 - 250 ... 280 °С;
 - 120 ... 140 °С.
18. Какой признак указывает на готовность рыбы, жаренной основным способом или во фритюре:
- образование коричневой корочки на поверхности;
 - появление пузырьков на поверхности;
 - уменьшение размеров кусков рыбы?

19. Каким способом подают соус к рыбе, жаренной во фритюре:
- а) только отдельно;
 - б) только вместе;
 - в) только подлив сбоку?
20. Каково назначение желтой сигнальной лампы у фритюрницы типа ФЭСМ-20:
- а) лампа включается при готовности фритюра;
 - б) лампа включается при готовности продуктов;
 - в) показывает включение ТЭНов в рабочий режим.

ЗАДАЧИ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО РЕШЕНИЯ

Вариант 1

1. Рассчитайте, используя I колонку Сборника рецептур, массу брутто морского крупного потрошеного обезглавленного окуна для приготовления 75 порций рыбы по-русски.

2. Рассчитайте, используя I колонку Сборника рецептур, количество порций рыбы, запеченной в сметанном соусе, которое можно приготовить из 62 кг мороженого мелкого неразделанного судака.

Вариант 2

1. Каких блюд можно приготовить больше и насколько (колонка I Сборника рецептур): рыбы, припущенной с соусом белым с рассолом, или рыбы, жаренной грилье, из 15 кг мелкого неразделанного судака?

2. Можно ли накормить группу из 35 человек рыбой жареной с луком по-ленинградски, при поступлении 18 кг трески неразделанной (колонка II Сборника рецептур)?

Вариант 3

1. Рассчитайте, используя Сборник рецептур, и сравните количество отходов при холодной обработке 23 кг трески потрошеной обезглавленной крупной и такого же количества мелкой рыбы для приготовления рыбы, припущенной в молоке.

2. Рассчитайте, используя Сборник рецептур, и сравните количество отходов при холодной обработке 28 кг щуки неразделанной крупной и такого же количества мелкой щуки для приготовления рыбы (филе) отварной.

Вариант 4

1. Рассчитайте, используя Сборник рецептов, количество отходов при холодной обработке 15 кг щуки неразделанной мелкой для приготовления рыбы (филе), запеченной с помидорами.

2. Рассчитайте закладку соли, специй и зелени для приготовления 150 порций рыбы по-русски.

Вариант 5

1. Рассчитайте закладку соли, специй и зелени для приготовления 55 порций тельного из рыбы.

2. Какое количество камбалы, жаренной во фритюре, можно приготовить из 17 кг камбалы дальневосточной неразделанной?

Вариант 6

1. Что и в каком количестве можно приготовить из 77 кг минтая неразделанного? Решите задачу и запишите результаты в таблицу.

Таблица 10.1. Расчет приготовления блюд из 77 кг минтая неразделанного

Наименование полуфабрикатов	Отходы и потери при холодной обработке, %	Масса сырья нетто или полуфабриката, кг	Потери при тепловой обработке, %	Масса готового изделия, кг
Минтай непластованный кусками: отварной припущенный жареный запеченный				
Филе минтая с кожей и реберными костями: отварное припущенное жареное				
Филе минтая с кожей, без костей: припущенное жареное				

2. Рассчитайте и сравните количество отходов при холодной обработке 30 кг трески потрошенной обезглавленной мелкой и такого

же количества окуня крупного потрошеного обезглавленного для приготовления жареной рыбы.

Вариант 7

1. Рассчитайте и сравните количество отходов при холодной обработке 26 кг потрошеной обезглавленной мелкой трески и 26 кг потрошеного обезглавленного крупного морского окуня для приготовления рыбы, запеченной в красном соусе с луком и грибами.

2. Рассчитайте количество порций жареной рыбы, которое можно приготовить по данным, приведенным в III колонке рецептуры № 310 Сборника рецептур, при поступлении 50 кг неразделанного среднего карпа.

Вариант 8

1. Каких блюд можно приготовить больше и насколько: рыбы, припущенной с соусом белое вино, по рецептуре № 306 Сборника рецептур или рыбы, жаренной с луком по-ленинградски, по II колонке рецептуры № 312 при наличии 58 кг потрошеной обезглавленной мелкой трески?

2. Рассчитайте количество отходов при холодной обработке 24 кг неразделанного мелкого судака для приготовления рыбы, жареной в тесте, по рецептуре № 314.

Вариант 9

1. Каких блюд можно приготовить больше и насколько: рыбы (филе) отварной по данным, приведенным во колонке II рецептуры № 300 Сборника рецептур, или рыбы (филе) припущенной по колонке I рецептуры № 312 при наличии 26 кг морского потрошеного обезглавленного мелкого окуня?

2. Определите массу брутто неразделанного мелкого судака для приготовления 34 порций рыбы припущенной с соусом белое вино по рецептуре № 306 Сборника рецептур.

ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАНТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Вариант 1

1. Как провести обработку чешуйчатой рыбы? Дайте характеристику полуфабрикатов из рыбы.

2. Каковы особенности технологии приготовления блюд из вареной рыбы (виды рыб, полуфабрикаты, температура варки, время варки, гарниры и соусы к отварной рыбе, оформление)?

Вариант 2

1. Как выполнить обработку бесчешуйчатой рыбы? Дайте характеристику полуфабрикатов из рыбы.

2. Каковы особенности приготовления блюд из запеченной рыбы (виды рыб, полуфабрикаты, температура запекания, продолжительность варки, подбор гарниров и соусов, оформление)?

Вариант 3

1. Как осуществить обработку осетровой рыбы? Каково ее кулинарное использование? Какие полуфабрикаты из осетровой рыбы вам известны?

2. Каковы особенности приготовления блюд основным способом из жареной рыбы (виды рыб, полуфабрикаты, температура жаренья, время варки, гарниры и соусы к жареной рыбе, оформление)?

Вариант 4

1. Как выполнить обработку рыбы для фарширования?

2. Каковы особенности приготовления блюд из жареной во фритюре рыбы (виды рыб, полуфабрикаты, температура жаренья, продолжительность варки, гарниры и соусы к жареной рыбе, оформление)?

Вариант 5

1. Как осуществить обработку морепродуктов? Каково их кулинарное использование?

2. Каковы особенности приготовления блюд из рыбной котлетной массы (виды рыб, технология приготовления массы, полуфабрикаты, способы тепловой обработки, гарниры и соусы к блюдам, оформление)?

Вариант 6

1. Как произвести обработку бесчешуйчатой рыбы? Какие полуфабрикаты из бесчешуйчатой рыбы вам известны?

2. Каковы особенности приготовления блюд из рыбы гриль (виды рыб, полуфабрикаты, гарниры и соусы к рыбе гриль, оформление)?

ТЕМЫ СООБЩЕНИЙ, РЕФЕРАТОВ, ДОКЛАДОВ И ЭССЕ

1. Как выбрать свежую рыбу. Использование рыбы и нерыбных морепродуктов.
2. Приготовление рыбных стейков и филе.
3. Суши и сашими.
4. Как украсить рыбное блюдо.
5. Рыбный фарш. Котлеты, паштеты, мусс, тимбалы, кнели.
6. Краб, омар и их сородичи.
7. Мидии, устрицы и клеммы, гребешки и трубачи.
8. Кальмар и фантазии повара.
9. Продукты моря — «живые лекарства».

БЛЮДА ИЗ МЯСА И МЯСНЫХ ПРОДУКТОВ

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

1. Какие изменения происходят с белковыми структурами мяса и мясных продуктов при тепловой обработке? Каково их влияние на пищевую ценность и внешние характеристики продуктов?

2. Опишите процесс маринования мяса. Какие компоненты используются для маринада и каково их назначение? Какие изменения происходят в продуктах при мариновании мяса? Каково их влияние на пищевую ценность и внешние характеристики продуктов?

3. Как изменяются витамины, жиры и экстрактивные вещества мяса и мясных продуктов при тепловой обработке? Каково их влияние на пищевую ценность и внешние характеристики продуктов?

4. Каковы особенности варки мяса крупным куском? Какой ассортимент блюд из вареного мяса крупным куском можно предложить? Какие гарниры и соусы можно рекомендовать к этим мясным блюдам?

5. От чего зависит количество выделяемых из мяса при варке растворимых веществ?

6. Расскажите об особенностях жаренья мяса крупными кусками, об ассортименте блюд из него. Как правильно подобрать к нему гарниры и соусы? Каковы способы подачи таких блюд?

7. Каковы особенности тушения мяса крупными кусками, ассортимент блюд из него, рекомендуемые гарниры и соусы?

8. Каковы особенности тушения мяса порционными и мелкими кусками, ассортимент блюд из него и рекомендуемые гарниры и соусы?

9. Как осуществить органолептический анализ (бракераж) блюд из мяса?

10. Каковы назначение, принцип действия и правила эксплуатации аппарата пароварочного электрического АПЭ-0,23А?

11. Каковы назначение, принцип действия и правила эксплуатации сосисковарки СНЭ-15?

12. Каковы назначение, принцип действия и правила эксплуатации сковороды электрической секционной модулированной типа СЭСМ-0,2?

13. Каковы назначение, принцип действия и правила эксплуатации кипятильника непрерывного действия КНЭ-25?

14. Опишите оборудование, посуду и инвентарь, применяемые при приготовлении блюд из мяса.

15. В чем заключаются санитарные требования к тепловой обработке продуктов и процессу приготовления блюд?

16. Как осуществить санитарный контроль качества готовой пищи?

17. Каковы санитарные требования к реализации готовой пищи и обслуживанию посетителей?

18. Каковы санитарные требования к транспортировке и хранению блюд из мяса?

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Выберите правильный или наиболее полный вариант ответа.

1. Какие отрубы бараньей туши используют для приготовления шашлыков:

- а) поясничный и миньон;
- б) зарез и спинной;
- в) тазобедренный и спинной;
- г) спинной?

2. Какие полуфабрикаты относятся к порционным натуральным:

- а) антрекот и свинина духовая;
- б) гуляш и шашлык;
- в) котлета натуральная, эскалоп и ромштекс?

3. Какие полуфабрикаты готовят из котлетной массы:

- а) котлеты, бифштекс и фрикадельки;
- б) тефтели, биточки и рулет;
- в) котлеты, бефстроганов и поджарка?

4. Для каких работ предназначен аппарат типа АПЭСМ-2:

- а) для запекания продуктов;
- б) варки продуктов на пару;
- в) приготовления продуктов в электромагнитном поле высокой частоты?

5. Какой из предложенных продуктов добавляют в котлетную массу при приготовлении тефтелей из мяса:
- вареные рубленые яйца;
 - зеленый лук;
 - отварной рис?
6. К каким блюдам подают масло зеленое:
- рыба тушеная;
 - бифштек;
 - запеканка картофельная?
7. При какой температуре и как долго хранят мясной фарш:
- -2°C не более 8 ч;
 - $2...4^{\circ}\text{C}$ не более 6 ч;
 - $10...-1^{\circ}\text{C}$ не более 7 ч?
8. Какой полуфабрикат панируется в муке:
- рулет с яйцом;
 - зразы натуральные;
 - тефтели?
9. Какие части говядины используются для приготовления котлетной массы:
- шея и пашина;
 - тазобедренная часть и шея;
 - лопатка, пашина и вырезка?
10. Какой полуфабрикат нарезают из говяжьей вырезки:
- эскалоп;
 - ромштек;
 - бифштек?
11. К какому блюду подают соус сметанный с хреном:
- мясо жареное с гарниром;
 - язык отварной;
 - мясо тушеное?
12. Какой полуфабрикат можно приготовить из толстого края:
- антрекот;
 - котлета натуральная;
 - ромштек?
13. Какой полуфабрикат готовят из рубленой массы баранины:
- бифштек;
 - люля-кебаб;
 - бефстроганов?
14. Какой из животных жиров лучше усваивается:
- свиной;
 - бараний;
 - говяжий?

15. Какие части туши говядины используют для тушения:
- лопатка;
 - верхняя часть задней ноги;
 - вырезка?
16. В состав какого мясного блюда входят соленые огурцы:
- гуляш;
 - мясо духовое;
 - азу?
17. Какой полуфабрикат готовят из мясной натуральной рубленой массы:
- фрикадельки;
 - биточки;
 - тефтели?
18. Какой полуфабрикат нарезают из утолщенной части вырезки:
- антрекот;
 - лангет;
 - бифштекс?
19. Как снимают крышку с кипящего котла:
- к себе;
 - от себя;
 - в сторону?
20. Какова продолжительность разогрева конфорок электроплиты:
- 15 мин;
 - 30 мин;
 - 45 мин?

ЗАДАЧИ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО РЕШЕНИЯ ПО ВАРИАНТАМ

Вариант 1

- Для варки взяли 7 кг грудинки копченой (без шкуры и костей). Сколько получится вареной грудинки?
- Какое количество колбасы жареной можно приготовить из 5,7 кг колбасы вареной, если выход 1 порции 100 г?

Вариант 2

- Каковы потери, кг, при варке, а также отходы и потери при разделке на шкуру, кости и порционирование, если сварили 18,6 кг окорока сырокопченого?

2. Каковы отходы, кг, при холодной обработке и потери при тушении 23 кг головы говяжьей?

Вариант 3

1. Рассчитайте закладку соли, специй и зелени для приготовления 60 порций рагу из баранины.

2. Рассчитайте закладку соли, специй и зелени для приготовления 100 порций рубленых из кур котлет.

Вариант 4

1. Какое количество томатной пасты с содержанием сухих веществ 25 % (при отсутствии на производстве пюре) понадобится для приготовления 50 порций гуляша, если по норме на 1 порцию необходимо 20 г томатного пюре?

2. Рассчитайте, используя колонку II рецептуры № 401 Сборника рецептур, 30 порций грудинки, фаршированной рисом и печенью, при наличии 5 кг грудинки бараньей I категории с реберной костью.

Вариант 5

1. Рассчитайте, используя колонку III рецептуры № 378 Сборника рецептур, сколько порций натуральных котлет можно приготовить из 18 кг свиной корейки (свинина жирная).

2. Рассчитайте, используя колонку II рецептуры № 363 Сборника рецептур, сколько порций грудинки, фаршированной кашей, можно приготовить из 30 кг бараньей грудинки I категории.

Вариант 6

1. Рассчитайте, используя колонку I рецептуры № 373 Сборника рецептур, количество говядины II категории для приготовления 120 порций лангета.

2. Рассчитайте, используя колонку II рецептуры № 377 Сборника рецептур, сколько порций шашлыка можно приготовить из 10 кг говядины II категории.

Вариант 7

1. Сколько потребуется мяса массой брутто для приготовления говядины в луковом соусе запеченной по данным рецептуры № 488 Сборника рецептур, если поступило 80 кг говядины I категории?

2. Рассчитайте, используя III колонку рецептуры № 361 Сборника рецептов, достаточно ли 19 кг обрезной свинины на костях для приготовления 40 порций свинины, жаренной крупным куском.

Вариант 8

1. Рассчитайте, используя колонку III рецептуры № 357 Сборника рецептов, сколько порций отварного мяса можно приготовить при поступлении 100 кг говядины II категории.

2. Рассчитайте, используя колонку I рецептуры № 373 Сборника рецептов, количество говядины I категории для 50 порций лангета.

Вариант 9

1. Рассчитайте, используя колонку I рецептуры № 382 Сборника рецептов, сколько баранины II категории потребуется для приготовления 100 порций шницеля.

2. Рассчитайте, используя колонку I рецептуры № 407 Сборника рецептов, потребность в субпродукте (массы брутто и нетто) для приготовления 40 порций почек по-русски, если имеются почки бараны охлажденные.

Вариант 10

1. Рассчитайте, используя колонку III рецептуры № 386 Сборника рецептов, сколько субпродукта (массы брутто и нетто) потребуется для приготовления 60 порций печени, жаренной с жиром, если имеется печень свиная охлажденная?

2. Взято 30 кг почек говяжьих охлажденных. После холодной обработки получено 27 кг 900 г, а после варки 13 кг 950 г почек. Определите фактический процент отходов при холодной обработке, фактический процент потерь при тепловой обработке и сравните их с нормой, если норма отходов при холодной обработке 7%, а потери при тепловой обработке — 47%.

Вариант 11

1. Сколько порций ростбифа можно приготовить из 12 кг тонкого края говядины. Выход 1 порции — 100 г.

2. Выпишите продукты для приготовления 75 порций эскалопа по I категории Сборника рецептов.

ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАНТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Вариант 1

1. Каковы особенности технологии приготовления блюд из мяса, жаренного мелкими кусками (части туши, полуфабрикаты, температура и продолжительность жаренья, гарниры и соусы к жареному мясу, оформление)?

2. Составьте технологическую последовательность приготовления печени по-строгановски.

3. Решите задачу. Сколько необходимо взять окорока варенокопченого, чтобы получить 75 порций вареного (масса 1 порции 100 г)?

Вариант 2

1. Каковы особенности технологии приготовления блюд из мяса тушеного (части туши, полуфабрикаты, способы тушения, гарниры и соусы, отпуск)?

2. Составьте технологическую последовательность приготовления солянки сборной на сковороде.

3. Решите задачу. Каковы потери при жаренье порционными кусками 14 кг печени говяжьей?

Вариант 3

1. Каковы особенности технологии приготовления блюд из мяса, жаренного натуральными порционными кусками (части туши, полуфабрикаты, температура и время жаренья, гарниры и соусы к жареному мясу, оформление)?

2. Составьте технологическую последовательность приготовления грудинки фаршированной.

3. Решите задачу. Сколько необходимо взять сарделек для жаренья, чтобы получить 35 порций (масса 1 порции 100 г)?

Вариант 4

1. Каковы особенности технологии приготовления блюд из котлетной массы (части туши, полуфабрикаты, способы тепловой обработки, гарниры и соусы, оформление)?

2. Составьте технологическую последовательность приготовления шницеля.

3. Решите задачу. Каковы отходы при очистке 200 кг сосисок молочных?

Вариант 5

1. Каковы особенности технологии приготовления блюд из мяса, жаренного крупным куском (части туши, полуфабрикаты, температура и продолжительность жаренья, гарниры и соусы к жареному мясу, оформление)?

2. Составьте технологическую последовательность приготовления гуляша.

3. Решите задачу. Каковы потери при варке и очистке 5 кг языка говяжьего?

Вариант 6

1. Каковы особенности технологии приготовления блюд из вареного мяса (части туши, полуфабрикаты, способы варки, температурный режим и продолжительность варки, гарниры и соусы к отварному мясу, оформление)?

2. Составьте технологическую последовательность приготовления почек по-русски.

3. Решите задачу. Сколько необходимо взять ножек свиных, чтобы получилось 12 кг вареных ножек?

ТЕМЫ СООБЩЕНИЙ, РЕФЕРАТОВ, ДОКЛАДОВ И ЭССЕ

1. Как выбирать говядину и телятину. Подготовка мяса к тепловой обработке.

2. Как выбрать баранину. Разделка баранины.

3. Украшение мясных блюд.

4. Быстрое приготовление мяса (сковорода, барбекю, гриль).

5. Как выбрать свинину. Разделка свинины.

6. Колбаски, бекон и окорок.

7. Использование рубленого мяса.

8. Сладкое мясо и другие субпродукты.

9. Паштеты и террины.

10. Вариации с беконом.

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

1. Расскажите о строении яйца и соотношении его основных частей по массе. Особенности химического состава, пищевая ценность и усвояемость яйца.

2. Каковы разновидности яиц, используемых в питании, классификация яиц, показатели, определяющие качество яиц.

3. Что такое меланж, каково его использование на предприятиях общественного питания, требования к качеству, условия хранения?

4. Расскажите об яичном порошке, его использовании на предприятиях общественного питания, требования к качеству, условия хранения.

5. Каковы срок реализации диетических и свежих столовых яиц, дефекты яйца, недопустимые к реализации на предприятиях общественного питания, условия хранения яиц на предприятиях общественного питания.

6. Расскажите о взаимозаменяемости яйца, меланжа и яичного порошка при приготовлении блюд.

7. Каковы изменения яичного белка и желтка в зависимости от температуры?

8. Как подготавливают яичные продукты к использованию на предприятиях общественного питания?

9. В чем состоят технологические особенности варки яиц (продолжительность, количество воды и т. д.)? Как можно использовать вареные яйца?

10. Каковы особенности приготовления яичницы?

11. Опишите последовательность технологических операций при приготовлении омлетов.

12. Опишите последовательность технологических операций при приготовлении запеченных блюд из яиц.

13. В чем заключаются требования к качеству блюд из яиц и их хранению?

14. Опишите оборудование, посуду и инвентарь, применяемые при приготовлении блюд из яиц.

15. В чем заключаются санитарные требования к тепловой обработке продуктов и процессу приготовления блюд?

16. Как осуществляется санитарный контроль качества готовой пищи?

17. В чем заключаются санитарные требования к реализации готовой пищи и обслуживанию посетителей?

18. В чем заключаются санитарные требования к транспортировке и хранению блюд из яиц?

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Выберите правильный или наиболее полный вариант ответа.

1. Столовые яйца — это яйца, срок хранения которых не превышает со дня снесения:

- а) 15 сут;
- б) 7 сут;
- в) 1 мес.

2. В чем причина затягивания белой пленкой желтка у яичницы-глазуньи:

- а) жаренье при низкой температуре;
- б) жаренье при закрытой крышке;
- в) в нее добавили избыточное количество соли?

3. Выберите правильный алгоритм первичной кулинарной обработки яиц:

- а) мытье в 1...2%-ном растворе кальцинированной соды, ополаскивание, обработка в 0,5 %-ном дезинфицирующем растворе;
- б) обработка в 0,5%-ном дезинфицирующем растворе; мытье в 1...2%-ном растворе кальцинированной соды, ополаскивание;
- в) мытье в 1...2%-ном растворе кальцинированной соды, ополаскивание, обработка в 0,5%-ном дезинфицирующем растворе, ополаскивание.

4. Сколько времени необходимо настаивать яичный порошок перед использованием:

- а) 10 мин;
- б) 40 мин;
- в) 1 ч?

5. Определите способ варки яиц по характеристике белка и желтка — наружные слои белка свернуты, желток — жидкий:
- яйца, сваренные «в мешочек»;
 - яйца, сваренные всмятку;
 - яйца, сваренные вкрутую.
6. Определите способ варки яиц по характеристике белка и желтка — белок и желток плотные:
- яйца, сваренные «в мешочек»;
 - яйца, сваренные всмятку;
 - яйца, сваренные вкрутую.
7. Определите способ варки яиц по характеристике белка и желтка: белок — полужидкий, желток — жидкий:
- яйца, сваренные «в мешочек»;
 - яйца, сваренные всмятку;
 - яйца, сваренные вкрутую.

ЗАДАЧИ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО РЕШЕНИЯ

Вариант 1

- Рассчитайте закладку соли, специй и зелени для приготовления 10 порций яичницы-глазуньи с луком.
- Рассчитайте количество яиц, необходимое для приготовления 50 порций омлета натурального.

Вариант 2

- Рассчитайте количество яичного порошка для приготовления 75 порций омлета (масса 1 порции 125 г)?
- Рассчитайте количество меланжа для приготовления 25 порций омлета со шпиком (масса 1 порции 125 г)?

Вариант 3

- Рассчитайте количество меланжа, необходимое для приготовления 45 порций омлета, фаршированного мясными продуктами.
- Рассчитайте количество меланжа, необходимое для приготовления 15 порций драчены.

Вариант 4

1. Определите, сколько порций омлета со шпиком можно приготовить из 2,5 кг яичного порошка.

2. Определите, сколько порций омлета, смешанного с мясными продуктами, можно приготовить из 23 кг меланжа.

Вариант 5

1. Определите, сколько порций драчены можно приготовить из 0,5 кг яичного порошка.

2. Определите, сколько порций яичной каши можно приготовить из 3,7 кг меланжа.

Вариант 6

1. Рассчитайте количество меланжа, необходимое для приготовления 45 порций яичной каши при замене яиц, если для приготовления 1 порции используют 2 яйца.

2. Рассчитайте количество яичного порошка, необходимое при замене яиц для приготовления 15 порций омлета с луком, если для 1 порции используют 3 яйца.

ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАНТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Вариант 1

1. Дайте характеристику способов варки яиц. Каково использование вареных яиц в кулинарии?

2. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления натуральной яичницы-глазуни.

Вариант 2

1. Каковы ассортимент и технология приготовления яичниц с гарниром?

2. Дайте характеристику ассортимента яичных продуктов. Как их использовать?

Вариант 3

1. Опишите ассортимент и технологию приготовления омлетов (натурального и смешанного).

2. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления омлета натурального запеченного.

Вариант 4

1. Опишите ассортимент и технологию приготовления яиц «пашот». Как они используются в кулинарии?

2. Составьте карточку дефектов драчены.

Вариант 5

1. Опишите ассортимент и технологию приготовления омлетов фаршированных.

2. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления запеченных под соусом яиц.

Вариант 6

1. Опишите ассортимент и технологию приготовления запеченных блюд из яиц.

2. Дайте характеристику оборудования, посуды и инвентаря, применяемых при приготовлении блюд из яиц.

ТЕМЫ СООБЩЕНИЙ, РЕФЕРАТОВ, ДОКЛАДОВ И ЭССЕ

1. Семья омлетов.
2. Яичные блюда из «репертуара» хорошего повара.
3. Откуда и от каких птиц произошли наши куры?
4. Яйца: всмятку, «в мешочек», вкрутую?
5. «Пицца, приготовленная самой природой» (*Vita in ovo* — жизнь из яйца).
6. Секреты приготовления яичницы-глазуньи.

БЛЮДА ИЗ ТВОРОГА

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

1. Каковы особенности химического состава, пищевая ценность и усвояемость творога?
2. Опишите способы получения творога, его использование на предприятиях общественного питания.
3. Что вы знаете о недопустимых дефектах творога и условиях хранения творога?
4. Как подготавливают творог к использованию на предприятиях общественного питания?
5. Каковы особенности приготовления холодных блюд из творога?
6. Опишите последовательность технологических операций при приготовлении вареников с творогом.
7. В чем заключаются технологические особенности приготовления ленивых вареников?
8. Опишите последовательность технологических операций при приготовлении сырников.
9. Какие особенности приготовления запеченных блюд из творога вам известны?
10. Каковы показатели отличия творожного пудинга от запеканки?
11. В чем заключаются требования к качеству блюд из творога и их хранению?
12. В чем состоит назначение, принцип действия и правила эксплуатации прогирочной машины МП-800?
13. Опишите оборудование, посуду и инвентарь, применяемые для приготовления блюд из творога.
14. В чем заключаются санитарные требования к тепловой обработке продуктов и процессу приготовления блюд из творога?

15. Как осуществить санитарный контроль качества готовой пищи из творога?

16. В чем заключаются санитарные требования к реализации готовой пищи из творога, а также обслуживанию посетителей?

17. В чем состоят санитарные требования к транспортировке и хранению блюд из творога?

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Выберите правильный или наиболее полный вариант ответа.

- Какой жир используют для жаренья блюд из творога:
 - растительное масло;
 - сливочное масло;
 - жир животный топленый пищевой;
 - кулинарный жир?
- Каковы условия хранения творога:
 - 2 °С — 36 ч;
 - 18 °С — бессрочно;
 - 10 °С — 2 нед?
- Для приготовления каких блюд творог отжимают:
 - холодных;
 - горячих жареных;
 - горячих?
- Почему при приготовлении вареников ленивых в больших количествах сахар в массу не добавляют:
 - масса уплотняется;
 - масса разжижается;
 - масса становится крошливой?
- Как можно определить готовность запеченных блюд из творога:
 - по румяной корочке;
 - румяной корочке и консистенции;
 - румяной корочке и легкому отставанию от стенок посуды?

ЗАДАЧИ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО РЕШЕНИЯ

Вариант 1

1. Рассчитайте количество творога и яиц, необходимое для приготовления 12 порций сырников с морковью.

2. Рассчитайте количество творога и яиц, необходимое для приготовления 32 порций пудинга из творога (на пару).

Вариант 2

1. Рассчитайте количество яиц и творога, необходимое для приготовления 1 кг запеканки из творога.

2. Определите, сколько порций творожной массы сладкой можно приготовить из 7,5 кг творога.

Вариант 3

1. Определите, сколько порций запеканки из творога с картофелем можно приготовить из 1,15 кг творога и 2 яиц.

2. Произведите расчеты для замены 13,6 кг творога полужирного (содержание жира 9%) на творог нежирный.

ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАНТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Вариант 1

1. Что можно сказать об ассортименте и технологии приготовления холодных блюд из творога?

2. Составьте карточку дефектов запеканки из творога.

Вариант 2

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления пудинга из творога запеченного.

2. Каковы требования к качеству блюд из творога и их хранению?

Вариант 3

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления вареников ленивых.

2. Дайте характеристику оборудования, посуды и инвентаря, применяемых при приготовлении блюд из творога.

Вариант 4

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления сырников.

2. Составьте карточку дефектов ленивых вареников.

Вариант 5

1. Дайте характеристику замороженных полуфабрикатов творожных блюд.
2. Приведите сравнительную характеристику приготовления и способов отпуска пудингов из творога вареного и запеченного.

Вариант 6

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления блюда «Вареники с творогом».
2. Каковы могут быть ассортимент и технология приготовления творожных масс?

ТЕМЫ СООБЩЕНИЙ, РЕФЕРАТОВ, ДОКЛАДОВ И ЭССЕ

1. Пицца, не знающая запретов.
2. Что можно приготовить из творога?
3. Сырники или творожники?
4. «Пасха» — самое древнее изделие из творога.
5. Тофу.

ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕРКИ ЗНАНИЙ

1. Приведите классификацию холодных блюд и закусок. В чем состоит их пищевая ценность и каково их значение в питании?
2. Как подготовить продукты для приготовления холодных блюд?
3. Расскажите о видах и технологии бутербродов.
4. Каковы особенности приготовления сэндвичей?
5. Как подготовить продукты и приготовить закусочные бутерброды, а также пасты для приготовления бутербродов?
6. Каковы требования к качеству бутербродов, условия их хранения и реализации?
7. В чем состоят особенности приготовления, порционирования, оформления и отпуска салатов?
8. Опишите особенности приготовления, порционирования, оформления и отпуска винегретов.
9. В чем заключаются требования к качеству салатов, условия их хранения и реализации?
10. Дайте характеристику ассортимента холодных овощных блюд.
11. Дайте характеристику ассортимента холодных блюд из грибов.
12. Дайте характеристику ассортимента холодных блюд из рыбы.
13. В чем заключаются требования к качеству холодных блюд из рыбы, условия их хранения и реализации?
14. Дайте характеристику ассортимента холодных блюд из мяса.
15. В чем заключаются технологические особенности приготовления паштета из печени?

16. Каковы требования к качеству холодных блюд их мяса, условия их хранения и реализации?
17. Какова последовательность технологических операций при приготовлении заливных блюд?
18. Расскажите о технологических особенностях приготовления бульона для студней.
19. В чем заключаются требования к качеству заливных холодных блюд, условия их хранения и реализации?
20. Расскажите о соусах и заправках, используемых для холодных блюд.
21. Каковы назначение, принцип действия и правила эксплуатации механизма для нарезки вареных овощей МС18-160?
22. Каковы назначение, принцип действия и правила эксплуатации механизма типа МС25-200 для перемешивания салатов и винегретов?
23. Каковы назначение, принцип действия и правила эксплуатации хлебозерательной машины МРХ-200?
24. Опишите виды машин для нарезания гастрономических товаров, их устройство, принцип действия и правила эксплуатации.
25. Опишите виды холодильного оборудования, назначение и принцип их действия.
26. Опишите виды холодильных прилавков и витрин и правила эксплуатации холодильного оборудования.
27. В чем состоит назначение холодного цеха?
28. Какие особенности необходимо учитывать при организации холодного цеха?
29. Опишите оборудование, посуду, инвентарь и приспособления, применяемые при приготовлении холодных закусок.
30. Как организовать рабочее место для приготовления холодных закусок?
31. Как организовать рабочего места для приготовления бутербродов?
32. Перечислите средства малой механизации, применяемые в холодном цехе.
33. В чем заключаются санитарные требования к кулинарной обработке пищевых продуктов и процессу приготовления холодных блюд?
34. В чем заключаются санитарные требования к реализации готовой пицци и обслуживанию посетителей?
35. В чем заключаются санитарные требования к транспортированию и хранению холодных блюд и закусок?

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Выберите правильный или наиболее полный вариант ответа.

1. К какой подгруппе сыров относят брынзу:
 - а) кисломолочные;
 - б) рассольные;
 - в) мягкие;
 - г) твердые?
2. Какой вкус имеют сыры типа «Швейцарский»:
 - а) молочный;
 - б) сладковато-пряный;
 - в) кисломолочный?
3. Какие вещества майонеза обуславливают его высокую калорийность:
 - а) вкусовые добавки;
 - б) эмульгаторы — молочные продукты;
 - в) содержание жира 40...67%?
4. При каких условиях на сливочном масле быстрее образуется желтый налет (штафф):
 - а) при хранении при температуре 10 °С в течение 80 дней;
 - б) при хранении масла в темных помещениях при температуре -1 °С до 20 дней;
 - в) при хранении масла при температуре -18 °С до 45 дней?
5. Из каких рыб получают балычные изделия высокого качества:
 - а) из сельдевых и камбаловых;
 - б) осетровых и лососевых;
 - в) окуневых, тресковых и скумбриевых?
6. При какой температуре хранят рыбу горячего копчения:
 - а) при 10 °С;
 - б) -18 °С;
 - в) 2 °С?
7. Какие нерыбные морепродукты относятся к ракообразным:
 - а) кальмары, морской огурец;
 - б) омары, лангусты, креветки;
 - в) крабы, морской гребешок, осьминоги?
8. Какой рыбный полуфабрикат используют для приготовления рыбы жареной под маринадом:
 - а) филе с кожей;
 - б) филе с кожей и костями;
 - в) порционный кусок (кругляш);
 - г) рыбу в целом виде (мелкую)?

9. Что влияет на толщину нарезки продуктов в гастрономической машине типа МРТ-300А:

- а) частота вращения ножа;
- б) расстояние между опорным столиком и ножом;
- в) расстояние между загрузочным лотком и ножом?

10. Для чего служит тормозное устройство в машине типа МРХ-200:

- а) для торможения движения ножа в процессе работы;
- б) исключения инерционного движения ножа после отключения машины;
- в) отключения машины после нарезания хлеба?

ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ЗАДАЧА (СИТУАЦИЯ)

На предприятии имеется майонез, консистенция его неоднородная, расслаивается. Определите причину возникшего дефекта и укажите возможные пути его устранения.

ЗАДАЧИ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО РЕШЕНИЯ

Вариант 1

1. Определите, сколько требуется скумбрии атлантической в томатном соусе для получения 0,1 кг готового изделия.

2. Определите, сколько требуется колбасы сырокопченой для получения 15 порций бутербродов с мясными гастрономическими продуктами (выход 1 порции 0,075 кг).

3. Определите, сколько требуется салаки пряного посола для получения 17 порций (выход 1 порции 0,075 кг) готового изделия, если используется рыба без головы и внутренностей.

Вариант 2

1. Определите, сколько потребуется сыра для получения 27 порций (выход 1 порции 0,075 кг) готового изделия, если используется сыр «Рокфор» или брынза, или сыр «Чеддер».

2. Рассчитайте выход корейки копченой в сыром виде без шкуры и костей при закладке сырья массой брутто на 1 порцию 0,038 кг.

3. Рассчитайте выход балычка морского окуня без кожи и с костями для приготовления 4 порций при закладке сырья массой брутто на 1 порцию 0,047 кг.

Вариант 3

1. Рассчитайте выход салата дальневосточного из морской капусты (консервы) для приготовления 35 порций при закладке сырья массой брутто на 1 порцию 0,051 кг.

2. Определите, сколько порций рыбы под майонезом можно приготовить из 29 кг окуня морского потрошеного обезглавленного.

3. Определите, сколько порций салата из квашеной капусты можно приготовить из 12,5 кг капусты квашеной.

Вариант 4

1. Определите, сколько порций яиц, фаршированных сельдью и луком, можно приготовить из 2,65 кг сельди крупного размера неразделанной.

2. Определите, сколько порций рыбы жареной под маринадом, можно приготовить из 16 кг наваги дальневосточной.

3. Определите, сколько порций паштета из печени можно приготовить из 21 кг печени говяжьей.

Вариант 5

1. Определите, сколько порций поросенка заливного можно приготовить из 16 кг поросят.

2. Необходимо приготовить 20 порций сыра (выход 1 порции 50 г). Сколько понадобится сыра «Российский» или «Эмментальский»?

3. Какое количество огурцов маринованных понадобится для замены 3,13 кг огурцов соленых при приготовлении салата картофельного с огурцами?

Вариант 6

1. Сколько понадобится продуктов для приготовления 45 порций мясного ассорти, если используются продукты каждого наименования 50 г на 1 порцию? В состав блюда входят следующие продукты: колбаса сырокопченая, буженина, рулет вареный и говядина особая.

2. Какое количество кеты соленой потрошеной с головой потребуется для приготовления 38 порций филе (выход 1 порции 75 г)?

3. Сколько крупной сельди соленой потребуется для приготовления 50 порций по 100 г сельди без головы и кожи с костями?

Вариант 7

1. Сколько потребуется судака неразделанного, если для приготовления холодной закуски необходимо 3 500 г филе судака холодного копчения?

2. Рассчитайте закладку соли, специй и зелени для приготовления 75 порций мясного салата.

3. Рассчитайте закладку соли, специй и зелени для приготовления 30 порций грибной икры (выход 1 порция — 0,15 кг).

ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАНТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Вариант 1

1. Опишите ассортимент и технологию приготовления простых открытых бутербродов.

2. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления студня мясного.

Вариант 2

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления мясного салата.

2. Опишите ассортимент и технологию приготовления горячих бутербродов.

Вариант 3

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления овощного винегрета.

2. Опишите ассортимент и технологию приготовления ассорти мясного.

Вариант 4

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления овощной икры.

2. Опишите ассортимент и технология приготовления салата картофельного.

Вариант 5

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления блюда из рубленой сельди.

2. Опишите ассортимент и технологию приготовления массы для бутербродов.

Вариант 6

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления ростбифа с гарниром.

2. Опишите ассортимент и технологию приготовления рыбного ассорти.

ТЕМЫ СООБЩЕНИЙ, РЕФЕРАТОВ, ДОКЛАДОВ И ЭССЕ

1. Сыр: разнообразие вкуса и консистенции.
2. Сыры в кулинарии.
3. Тайны салата «Оливье».
4. Кулинарные тайны соленой сельди.
5. Студни и холодцы.
6. Тартинки, канапе, гренки.
7. Мини-закуски и соусы к ним.
8. Вегетарианские закуски.
9. Закуски — лакомые кусочки.

СЛАДКИЕ БЛЮДА

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

1. Каков ассортимент сладких блюд?
2. Приведите ассортимент и последовательность технологических операций при приготовлении компотов из свежих плодов и ягод.
3. Опишите последовательность технологических операций при приготовлении компотов из консервированных плодов и ягод.
4. Охарактеризуйте известные вам желированные сладкие блюда.
5. Расскажите о видах, назначении и подготовке к использованию на предприятиях общественного питания крахмала, требованиях к качеству и условиях его хранения.
6. Опишите последовательность технологических операций при приготовлении киселей.
7. Приведите классификацию киселей по густоте, расскажите об особенностях приготовления и способах их подачи.
8. Опишите последовательность технологических операций при приготовлении желе.
9. Расскажите о видах, назначении и подготовке к использованию на предприятиях общественного питания, требованиях к качеству и условиях хранения желатина.
10. Дайте сравнительную характеристику желе, мусса и самбука.
11. В чем состоят технологические особенности приготовления кремов?
12. Охарактеризуйте ассортимент горячих сладких блюд.
13. Проанализируйте ассортимент и технологические особенности приготовления горячих блюд из яблок.
14. В чем состоят технологические особенности приготовления пудингов?

15. Каковы требования к качеству сладких блюд, условия их хранения и реализации?
16. Каковы назначение, принцип действия и правила эксплуатации соковыжималки типа МС3-40 (экстрактор)?
17. Расскажите о назначении, принципе действия и правилах эксплуатации механизма типа МС4-20 (взбивалка).
18. Опишите назначение, принцип действия и правила эксплуатации механизма типа МС6-10 (мороженица).
19. Опишите оборудование, посуду и инвентарь, применяемые при приготовлении сладких блюд.
20. В чем заключается организация рабочего места для порционирования и оформления сладких блюд?
21. В чем состоят санитарные требования к кулинарной обработке пищевых продуктов и процессу приготовления сладких блюд?
22. Как осуществить санитарный контроль качества готовой пищи?
23. В чем заключаются санитарные требования к реализации готовой пищи и обслуживанию посетителей?
24. В чем заключаются санитарные требования к транспортировке и хранению сладких блюд?

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Выберите правильный или наиболее полный вариант ответа.

1. Для каких изделий допустимо «засахаривание»:
 - а) для меда;
 - б) варенья;
 - в) конфитюра?
2. Какой шоколад не содержит теобромин:
 - а) обыкновенный;
 - б) десертный;
 - в) белый?
3. Какие желирующие вещества используют при приготовлении сладких блюд:
 - а) желатин;
 - б) крахмал, желатин, пектин;
 - в) желатин, агар?
4. В каком виде вводят белки яиц в самбук:
 - а) сырые;
 - б) взбитые;

- в) вареные?
5. Каково значение белка яиц при приготовлении самбука:
- а) придает пышность, пористость;
 - б) фиксирует форму;
 - в) повышает калорийность?

ЗАДАЧИ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО РЕШЕНИЯ

Вариант 1

1. Какое количество меда натурального (при отсутствии сахара) потребуется для приготовления 5 кг яблочного мусса, если по рецептуре необходимо 150 г сахара на 1 000 г мусса?
2. Определите, сколько порций желе из молока выходом 100 г можно приготовить при наличии 0,56 кг желатина.

Вариант 2

1. Определите, сколько порций абрикосового самбука выходом 150 г можно приготовить при наличии 40 кг абрикосов или 17 кг кураги.
2. Определите, сколько порций киселя молочного выходом 150 г можно приготовить при наличии 5 л молока.

Вариант 3

1. Определите, сколько порций яблок с рисом выходом 180 г можно приготовить при наличии 18 кг яблок.
2. Определите, сколько порций крема ягодного выходом 125 г можно приготовить при наличии 11 л сливок и 0,25 кг желатина.

Вариант 4

1. Рассчитайте необходимое количество продуктов для приготовления 50 порций яблок, жаренных в тесте по II колонке Сборника рецептов.
2. Определите, сколько и каких продуктов потребуется для приготовления 70 порций крема сметанного, если масса 1 порции 125 г.

ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАНТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Вариант 1

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления блинчиков с вареньем.
2. Каковы ингредиенты, ассортимент и технология приготовления киселей?

Вариант 2

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления гренок с плодами и ягодами.
2. Каковы ингредиенты, ассортимент и технология приготовления муссов?

Вариант 3

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления желе из молока.
2. Каковы ассортимент и технология приготовления горячих сладких блюд из яблок?

Вариант 4

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления киселя из яблок.
2. Каковы ассортимент и технология приготовления крема из сливок?

Вариант 5

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления компота из сухофруктов. Как подают компот из консервированных ягод и фруктов?
2. Каковы ассортимент и технология приготовления блюд из свежих фруктов и ягод?

Вариант 6

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления сухарного пудинга.
2. Каковы ингредиенты, ассортимент и технология приготовления желе?

ТЕМЫ СООБЩЕНИЙ, РЕФЕРАТОВ, ДОКЛАДОВ И ЭССЕ

1. Как украсить десерт.
2. Сорбе (фруктовое мороженое) и граните.
3. Парфе — французский десерт.
4. Карамельные сладости.
5. Горячие пудинги, сладкие суфле и фруктовые шарлотки.
6. Заварные и другие кремы.
7. Холодные муссы, суфле и желе.
8. Меренги.
9. Фрукты, приготовленные в гриле, жаренные во фритюре.
10. Корзинка спелых ягод.
11. Сладкие, сочные, ароматные десерты: совершенно непреодолимое искушение.
12. Яблочный сезон.

НАПИТКИ

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

1. Каковы особенности химического состава чая? Дайте характеристику дубильных веществ и алкалоидов чая.
2. Каково влияние чая на организм человека?
3. Каковы органолептические показатели качества чая и условия его хранения?
4. Каковы особенности приготовления чая и способы отпуска чая?
5. Опишите виды кофе и особенности химического состава кофе.
6. В чем заключаются требования к качеству кофе и условия его хранения?
7. Опишите способы приготовления кофе.
8. Какие сорта какао-порошка вам известны? Опишите требования к качеству и условия хранения какао-порошка.
9. Дайте характеристику напитков, в состав которых входят различные молочные продукты.
10. Какие изменения происходят при нагревании молока? Как эти изменения влияют на пищевую ценность, усвояемость и качество продукта?
11. Дайте характеристику продуктов, входящих в состав прохладительных плодово-ягодных напитков.
12. Приведите последовательность технологических операций при приготовлении напитка клюквенного (лимонного).
13. Опишите технологию приготовления напитков брожения.
14. В чем заключаются технологические особенности приготовления молочных коктейлей?
15. В чем состоит назначение, принцип действия и правила эксплуатации машины типа МИК-60?

16. В чем состоят назначение, принцип действия и правила эксплуатации кофеварки электрической типа КВЭ-7?

17. В чем состоят назначение, принцип действия и правила эксплуатации льдогенератора?

18. Опишите оборудование, посуду и инвентарь, применяемые при приготовлении напитков.

19. В чем заключаются санитарные требования к кулинарной обработке напитков и процессу приготовления блюд из них?

20. Как осуществить санитарный контроль качества напитков?

21. В чем заключаются санитарные требования к реализации напитков?

22. В чем состоят санитарные требования к транспортировке и хранению напитков?

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Выберите правильный или наиболее полный вариант ответа.

1. Какие вещества обуславливают терпкий вкус чая:
 - а) гликозиды;
 - б) дубильные;
 - в) ароматические?
2. Какой чай содержит наибольшее количество витамина С:
 - а) зеленый;
 - б) желтый;
 - в) черный?
3. Какой кофе имеет более вязущий вкус:
 - а) зеленый (сырой);
 - б) молотый;
 - в) жареный?
4. Какой тип нагревательного элемента используют в кофеварке:
 - а) открытый;
 - б) закрытый;
 - в) герметично закрытый?
5. Перечислите режимы работы кофеварки:
 - а) сильный подогрев;
 - б) кипение, подогрев;
 - в) средний подогрев.
6. Какая маркировка соответствует кипяtilьнику периодического действия:
 - а) КПП-200;
 - б) КПЭ-160;
 - в) КПЭ-100?

ЗАДАЧИ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО РЕШЕНИЯ

Вариант 1

1. Определите, сколько потребуется сухофруктов для приготовления 45 порций компота из сухофруктов.
2. Определите, сколько потребуется лимонов для приготовления 50 порций напитка лимонного. Выход 1 порции — 0,2 кг.

Вариант 2

1. Определите, сколько потребуется молока для приготовления 20 порций какао с молоком при выходе 1 порции массой 0,2 кг. Натуральное молоко замените сухим.
2. Определите, сколько потребуется молока и сахара для приготовления 45 порций чая с молоком. Выход 1 порции — 150/50/22,5 г. Натуральное молоко замените сгущенным молоком с сахаром.

ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАНТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Вариант 1

1. Каковы ассортимент и способы приготовления кофе?
2. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления холодного чая.

Вариант 2

1. Каковы ассортимент и технология приготовления напитков на основе ягод?
2. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления молочного коктейля.

Вариант 3

1. Каковы ассортимент и технология приготовления чая?
2. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления кофейного напитка.

Вариант 4

1. Каковы ассортимент и технология приготовления молочных напитков?

2. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления кофе по-варшавски.

Вариант 5

1. Каковы ассортимент и технология приготовления кофе холодного?

2. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления напитка из цитрусовых.

Вариант 6

1. Каковы ассортимент и технология приготовления какао?

2. Приведите технологическую схему (последовательность) приготовления фруктового коктейля.

ТЕМЫ СООБЩЕНИЙ, РЕФЕРАТОВ, ДОКЛАДОВ И ЭССЕ

1. Импортное тепловое оборудование для приготовления напитков.

2. Квас, которому более 1 000 лет.

3. Детективная история с кефиром.

4. Подарок абиссинской козы.

5. Кофе и медицина.

6. Кумыс.

7. Любимые напитки наших прабабушек.

8. Чай черный, зеленый, чайные смеси.

9. Травяные и фруктовые чаи.

10. Кофе и кофейные продукты.

11. История кофейника и самовара.

12. Эти удивительные какао-бобы.

ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

1. Каковы факторы, влияющие на процесс брожения теста?
2. Опишите последовательность технологических операций при приготовлении дрожжевого безопарного теста.
3. Как произвести разделку дрожжевого теста, выпечку изделий?
4. Опишите последовательность технологических операций при приготовлении дрожжевого опарного теста.
5. Каковы процессы, протекающие при выпечке мучных изделий?
6. Каким может быть ассортимент мучных блюд (с указанием особенностей их технологии приготовления и способов подачи)?
7. Опишите назначение, принцип действия и правила эксплуатации механизма типа МС4-7-8-20.
8. Каковы назначение, принцип действия и правила эксплуатации механизма типа МДП-11-1 (для дробления орехов и протирания мака)?
9. Опишите назначение, принцип действия и правила эксплуатации просеивателя МС24-300.
10. Расскажите о видах, назначении, принципе действия и правилах эксплуатации тестосмесительных машин.
11. Опишите виды, назначение, принцип действия и правила эксплуатации взбивальных машин.
12. Каковы назначение, принцип действия и правила эксплуатации сковороды электрической типа СЭ-2?
13. Опишите назначение, принцип действия и правила эксплуатации жаровни вращающейся электрической типа ЖВЭ-720 (выпечка блинчиков-полуфабрикатов).

14. Каковы назначение, принцип действия и правила эксплуатации шкафа лекарственного электрического секционно-модульного типа ШПЭСМ-3?

15. Расскажите о назначении, принципе действия и правилах эксплуатации кондитерской электрической печи типа КЭП-400.

16. Опишите оборудование, посуду и инвентарь, применяемые при приготовлении изделий из теста.

17. Как организовать работу кондитерского цеха?

18. Какой может быть организация рабочего места для дозировки, раскатки и формовки теста?

19. Как осуществить санитарный контроль качества готовой пиццы?

20. В чем заключаются санитарные требования к реализации мучных изделий?

21. В чем состоят санитарные требования к транспортировке и хранению изделий из теста?

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Выберите правильный или наиболее полный вариант ответа.

1. Какой способ разрыхления используется при приготовлении теста для блинов:

- а) механический;
- б) биологический;
- в) химический?

2. Как определить готовность опары:

- а) по внешним признакам (опара немного опадает);
- б) по вкусу;
- в) по появлению кисломолочного запаха?

3. Какова роль дрожжей в тестобразовании:

- а) разрыхляют его, создают пористость;
- б) способствуют лучшему набуханию белков муки;
- в) улучшают вкус изделия?

4. Для каких изделий используют тесто, приготовленное опарным способом:

- а) с большим количеством сдобы;
- б) с малым количеством сдобы;
- в) с кремом, глазированные.

5. Для каких изделий используют тесто, приготовленное безопарным способом:

- а) с большим количеством сдобы;

- б) с малым количеством сдобы;
 - в) с кремом, глазированные?
6. При приготовлении теста обнаружен дефект: тесто слишком кислое. Каковы причины возникновения данного дефекта теста:
- а) тесто перебродило;
 - б) недоброкачественные дрожжи;
 - в) сахар положен сверх нормы.
7. При приготовлении теста обнаружен дефект: тесто слишком соленое. Каковы причины возникновения данного дефекта теста:
- а) тесто перебродило;
 - б) недоброкачественные дрожжи;
 - в) соль положена сверх нормы?
8. При приготовлении теста обнаружен дефект: тесто не подходит. Каковы причины возникновения данного дефекта теста:
- а) тесто перебродило;
 - б) недоброкачественные дрожжи;
 - в) сахар положен сверх нормы?
9. Какое тесто используют для приготовления блинов:
- а) дрожжевое;
 - б) заварное;
 - в) бездрожжевое?
10. Какое тесто используют для приготовления оладий:
- а) дрожжевое;
 - б) заварное;
 - в) бездрожжевое?
11. Какое тесто используют для приготовления блинчиков:
- а) дрожжевое;
 - б) заварное;
 - в) бездрожжевое?
12. Какое количество жидкости берут на 1 кг муки при приготовлении теста для блинчиков:
- а) 1 л;
 - б) 2,5 л;
 - в) 1,5 л?
13. Какое количество жидкости берут на 1 кг муки при приготовлении теста для блинов:
- а) 1 л;
 - б) 2,5 л;
 - в) 1,5 л?
14. Какое количество жидкости берут на 1 кг муки при приготовлении теста для оладий:
- а) 1 л;

- б) 2,5 л;
в) 1,5 л?
15. С какой целью пшеничную муку перед замесом просеивают:
а) для удаления посторонних примесей;
б) насыщения воздухом;
в) улучшения пекарских свойств муки?
16. Что влияет на длительность расстойки изделия перед выпечкой:
а) масса изделия;
б) количество сдобы;
в) наличие или отсутствие фарша?
17. При выпекании изделий обнаружен дефект: изделие низкое, бледное, с рваной боковой корочкой. Каковы причины возникновения данного дефекта изделия:
а) изделие мало расстоялось;
б) изделие перестояло;
в) высокая влажность изделий?
18. При выпекании изделий обнаружен дефект: в мякише образовались пустоты. Каковы причины возникновения данного дефекта изделия:
а) изделие мало расстоялось;
б) изделие перестояло;
в) высокая влажность изделий?
19. При выпекании изделий обнаружен дефект: образовался «закал» (непропеченный слой мякиша у нижней корки). Каковы причины возникновения данного дефекта изделия:
а) изделие мало расстоялось;
б) изделие перестояло;
в) высокая влажность изделий?
20. Какую функцию выполняет машина типа МРТ-60М:
а) для замеса теста;
б) просеивания муки;
в) раскатывания теста;
г) взбивания кондитерских смесей?
21. Какие функции выполняет прутковый взбиватель в машине типа МВ-35М:
а) взбивает вязкие смеси;
б) перемешивает полугустое и крутое тесто;
в) взбивает легкоподвижные массы?
22. Что является рабочей камерой в машине типа МТИ-100:
а) съемный резервуар;
б) бункер;

- в) дежа с тележкой;
- г) бочек?

23. Какая из указанных типов машин используется для замеса теста:

- а) МТМ-15;
- б) МВ-35М;
- в) МРТ-60М?

24. Что является рабочим органом в машине типа ТММ-1М:

- а) шнек;
- б) лопасти;
- в) тестомесильный рычаг с лопастью?

25. От чего зависит толщина раскатки теста в машине типа МРТ-60М:

- а) от частоты вращения валиков;
- б) расстояния между валиками;
- в) предварительной раскатки теста?

ЗАДАЧИ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО РЕШЕНИЯ

Вариант 1

1. Рассчитайте, используя рецептуру № 690 Сборника рецептур, количество муки влажностью 13,5 %, необходимое для приготовления 450 пончиков.

2. Рассчитайте количество муки влажностью 16,5 % для приготовления 6 кг теста для пельменей (используйте рецептуру № 659 Сборника рецептур).

3. Рассчитайте разницу в расходе муки влажностью 13,5 и 15,5 % для приготовления 400 закусочных расстегаев с выходом 1 расстегая массой 50 г (воспользуйтесь рецептурой № 697 Сборника рецептур).

Вариант 2

1. Рассчитайте, используя рецептуру № 687/726 Сборника рецептур, количество печеных пирожков с морковью, которое можно приготовить в марте при наличии моркови массой брутто 20 кг.

2. Рассчитайте, используя рецептуру № 689/735 Сборника рецептур, сколько печеных пирожков с яблоками из пресного слоеного теста можно приготовить по рецептуре (вариант 1) массой 75 г при наличии 15 кг яблок?

3. Рассчитайте, используя рецептуру № 688/723 Сборника рецептов, сколько жареных пирожков из дрожжевого теста массой 75 г с картофельным фаршем с луком можно приготовить в ноябре при наличии картофеля массой брутто 20 кг.

Вариант 3

1. Рассчитайте, используя рецептуру № 691 Сборника рецептов, количество воды, необходимое для приготовления 150 чебуреков, если на предприятие поступила мука влажностью 16,5 %. Свежее молоко замените цельным сухим.

2. Рассчитайте, используя рецептуру № 694 Сборника рецептов, какое количество муки необходимо для приготовления 30 белых. Репчатый лук заменить свежим зеленым. Мука поступила влажностью 16,5 %.

3. Рассчитайте, используя рецептуру № 681 Сборника рецептов, какое количество муки влажностью 12,5 % необходимо для приготовления 30 кг теста для оладий. Можно ли в данной рецептуре яйца заменить яичным порошком? Если можно, то, в каком количестве?

Вариант 4

1. Для приготовления 1000 г дрожжевого сдобного теста необходимо 28 г дрожжей прессованных. Какое количество дрожжей сухих необходимо для приготовления 10 кг теста?

2. Рассчитайте, используя рецептуру № 686 Сборника рецептов, сколько муки влажностью 12,5 % необходимо для приготовления 20 кг слоеного пресного теста для мучных изделий.

3. Рассчитайте, используя рецептуру № 1099 Сборника рецептов, разницу в расходе муки влажностью 12,5 и 16,5 % для приготовления 280 ватрушек «Венгерские».

Вариант 5

1. Рассчитайте количество печеных сдобных пирожков с фаршем из моркови с рисом массой 100 г, которое можно приготовить по рецептуре № 687/728 Сборника рецептов в октябре при наличии 30 кг моркови.

2. Рассчитайте, используя рецептуру № 708 Сборника рецептов, разницу в расходе муки влажностью 13,5 и 15,5 % для приготовления 250 волованов по 40 г.

3. Рассчитайте, используя рецептуру № 691 Сборника рецептов, разницу в расходе муки влажностью 13,5 и 16,5 % для приготовления 360 чебуреков.

Вариант 6

1. Рассчитайте количество жареных пирожков из дрожжевого теста с картофельным фаршем с луком (пирожки простые с фаршем массой 75 г), которое можно приготовить по рецептуре № 688/723 Сборника рецептов в феврале при наличии картофеля массой брутто 5 кг.

2. Рассчитайте, используя рецептуру № 681 Сборника рецептов, какое количество муки влажностью 12,5 % для приготовления 15 кг теста для оладий. Яйца свежие замените меланжем.

3. Рассчитайте разницу в расходе муки влажностью 12,5 и 16,5 % для приготовления 20 кг дрожжевого теста по рецептуре № 1089 Сборника рецептов для простых, жареных и сдобных печеных пирожков.

Вариант 7

1. Рассчитайте количество муки влажностью 13,5 % для приготовления 24 кг теста дляпельменей по рецептуре № 659 Сборника рецептов. Свежие яйца замените яичным порошком.

2. Рассчитайте количество муки влажностью 13,5 % для приготовления 30 шт. белашей по рецептуре № 694 Сборника рецептов. Свежее молоко в тесте замените коровьим цельным сухим.

3. Рассчитайте количество муки влажностью 12,5 % для приготовления 130 чебуреков по рецептуре № 691 Сборника рецептов. Репчатый лук замените свежим зеленым.

Вариант 8

1. Рассчитайте количество муки влажностью 14,5 %, которое необходимо для приготовления 150 ватрушек «Венгерские» по рецептуре № 1099 Сборника рецептов. Меланж в тесте замените свежими яйцами.

2. Рассчитайте количество муки влажностью 12,5 % для приготовления 260 ватрушек «Венгерские» по рецептуре № 691 Сборника рецептов. Свежее молоко замените коровьим цельным сухим.

3. Рассчитайте количество муки влажностью 16,5 % для приготовления 250 пирожных корзиночек по рецептуре № 709 Сборника рецептов.

Вариант 9

1. Рассчитайте разницу в расходе муки влажностью 14,5 и 16,5 % для приготовления 300 волованов массой 20 г по рецептуре № 708 Сборника рецептур.

2. Рассчитайте количество муки влажностью 13,5 % для приготовления 1360 профитролей по рецептуре № 707 Сборника рецептур.

3. Рассчитайте количество муки влажностью 15,5 % для приготовления 300 пирожных корзиночек по рецептуре № 709 Сборника рецептур. Свежее молоко в тесте замените коровьим цельным сухим.

ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАНТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Вариант 1

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления блинчиков.

2. Рассчитайте, используя рецептуру № 691 Сборника рецептур, количество муки влажностью 16,5 % для приготовления 70 чебурков.

Вариант 2

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления лапши домашней.

2. Рассчитайте, используя рецептуру № 681 Сборника рецептур, количество муки влажностью 13,5 % для приготовления 28 кг теста для оладий.

Вариант 3

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления пирожков жареных.

2. Рассчитайте, какое количество муки влажностью 16,5 % необходимо для приготовления 50 белаяшей по рецептуре № 694 Сборника рецептур.

Вариант 4

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления блинов и оладий.

2. Рассчитайте, какое количество муки влажностью 12,5 % необходимо для приготовления 80 пончиков по рецептуре № 690 Сборника рецептур.

Вариант 5

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления пирожков печеных.

2. Рассчитайте, какое количество муки влажностью 15,5 % необходимо для приготовления 340 расстегаев с мясом по рецептуре № 696 Сборника рецептур.

Вариант 6

1. Составьте технологическую схему (последовательность) приготовления кулебяки.

2. Рассчитайте, какое количество муки влажностью 12,5 % необходимо для приготовления 270 чебуреков по рецептуре № 691 Сборника рецептур.

ТЕМЫ СООБЩЕНИЙ, РЕФЕРАТОВ, ДОКЛАДОВ И ЭССЕ

1. Птифуры — деликатесное лакомство.
2. Профитроли: гарнир, печенье, изысканное лакомство?
3. Рельефные изделия из теста.
4. Тесто фило и изделия из него.
5. «Сухой» хлеб: гренки, тосты, хлебная крошка и др.
6. Лепешки (пита, китайские блины, пури и др.).
7. Кулебяка.
8. Расстегай: «Московский», «Новотроицкий»,
9. История о курнике.
10. Импортное оборудование для обработки теста и полуфабрикатов.
11. Каравай.
12. Обычные и необычные пироги.
13. «Блинное пиршество».
14. Тертый калач.
15. Пекарская скульптура.

ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОГО ПИТАНИЯ

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

1. Каковы цели лечебного питания? Расскажите о видах щажения.
2. Что вы знаете об основных компонентах пищи? Каково их значение в питании больного и здорового человека?
3. Что такое калорийность? Какие методы расчета калорийности вам известны?
4. В чем заключаются общие требования, предъявляемые к построению диет?
5. Дайте характеристику диет.
6. Какие могут быть ограничения, предусматриваемые диетами в отношении химического состава продуктов и блюд, способов их кулинарной обработки и температуры подачи?
7. Опишите особенности профилактического питания.
8. Каковы отличительные признаки диетического питания от лечебного?
9. Каковы особенности питания детей и подростков?
10. Какие специализированные диетические блюда и продукты вам известны?
11. Дайте характеристику диеты № 1а, опишите ассортимент блюд, показатели качества, хранение, отпуск.
12. Дайте характеристику диеты № 2, опишите ассортимент блюд, показатели качества, хранение, отпуск.
13. Дайте характеристику диеты № 5а, опишите ассортимент блюд, показатели качества, хранение, отпуск.
14. Дайте характеристику диеты № 6, опишите ассортимент блюд, показатели качества, хранение, отпуск.
15. Дайте характеристику диеты № 8, опишите ассортимент блюд, показатели качества, хранение, отпуск.

16. Дайте характеристику диеты № 9, опишите ассортимент блюд, показатели качества, хранение, отпуск.

17. Дайте характеристику диеты № 10, опишите ассортимент блюд, показатели качества, хранение, отпуск.

18. Дайте характеристику диеты № 15, опишите ассортимент блюд, показатели качества, хранение, отпуск.

19. Каковы оборудование, посуда и инвентарь, применяемые при приготовлении блюд диетического питания?

20. Каковы особенности приготовления и ассортимент холодных блюд, требования к их качеству и хранению?

21. Что вы можете сказать об особенностях приготовления и ассортименте вторых горячих блюд, требованиях к их качеству и хранению?

22. Каковы особенности приготовления и ассортимент первых блюд, требования к их качеству и хранению?

23. Опишите особенности приготовления и ассортимент напитков и сладких блюд, требования к их качеству и хранению.

24. Как организовать работу пищеблока?

25. Как осуществить санитарный контроль качества диетических блюд?

26. В чем заключаются санитарные требования к реализации диетических блюд?

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

Выберите правильный или наиболее полный вариант ответа.

1. Лечебное питание это:

- рациональное питание здорового человека, построенное с учетом его физиологических особенностей;
- рациональное питание больного человека, являющееся самостоятельным лечебным фактором;
- научно обоснованное питание людей.

2. Какое число приемов пищи рекомендуется Министерством здравоохранения и социального развития РФ при лечебном питании:

- трехразовое (завтрак в 8.00—9.00; обед в 14.00—15.00; ужин в 18.00—19.00);
- четырёхразовое (завтрак в 8.00—9.00; обед в 13.00—14.00; полдник в 17.00; ужин в 18.00—19.00);
- четырёхразовое (завтрак в 8.00—9.00 ч; обед в 13.00—14.00; ужин в 17.00—18.00, прием пищи на ночь в 21.00)?

3. Какие крупы применяются в диетическом питании:
 - а) горох, фасоль;
 - б) манная, рисовая;
 - в) кукурузная, ячневая?
4. Какие основные приемы тепловой обработки применяют в лечебном питании:
 - а) варка на пару, жаренье и запекание;
 - б) варка на пару, жаренье основным способом и припускание;
 - в) варка, запекание, жаренье основным способом?
5. Как обеспечить механическое щажение при приготовлении блюд:
 - а) путем удаления клетчатки, улучшения консистенции блюд;
 - б) путем удаления клетчатки, ограничения или исключения некоторых продуктов;
 - в) извлечением из пищи резких химических раздражителей?
6. Как обеспечить химическое щажение при приготовлении блюд:
 - а) путем удаления клетчатки, улучшения консистенции блюд;
 - б) путем удаления клетчатки, ограничения или исключения некоторых продуктов;
 - в) путем извлечения из пищи резких химических раздражителей?
7. Как обеспечить термическое щажение при приготовлении блюд:
 - а) путем удаления клетчатки, улучшения консистенции блюд;
 - б) путем отпуска блюд с определенной температурой;
 - в) путем извлечения из пищи резких химических раздражителей?
8. Для чего мясо порциями массой по 100 г проваривают в воде (соотношение 1:2) в течение 5...10 мин, затем перекалдывают в горячую воду и варят до готовности:
 - а) для удаления экстрактивных веществ;
 - б) сокращения сроков варки;
 - в) улучшения развариваемости?
9. Какая мучная пассировка используется для диетических блюд:
 - а) белая сухая;
 - б) белая жировая;
 - в) холодная?
10. При каких заболеваниях назначается диета № 2:
 - а) гастриты с пониженной кислотностью;
 - б) заболевания печени;
 - в) заболевания сердечно-сосудистой системы?

11. Какие продукты рекомендуются к использованию для диеты № 9:
- а) богатые клетчаткой;
 - б) с высоким содержанием растительного белка;
 - в) с минимальным содержанием углеводов?
13. Почему хлеб в котлетной массе для диеты № 9 заменяют творогом:
- а) для повышения сочности;
 - б) замены углеводосодержащих продуктов;
 - в) витаминизации?
14. Каким способом готовят свеклу для салата в диетах № 2 и 5:
- а) очищают, нарезают и тушат;
 - б) варят в кожице, охлаждают, чистят и нарезают;
 - в) очищают, нарезают и варят?

ЗАДАЧИ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО РЕШЕНИЯ

Вариант 1

1. Рассчитайте калорийность 100 г ржаного хлеба.
2. Рассчитайте калорийность 1 сырого куриного яйца.
3. Рассчитайте калорийность 220 г нежирного кефира.

Вариант 2

1. Рассчитайте калорийность 250 г свежих огурцов.
2. Рассчитайте калорийность яичницы из 2 яиц.
3. Рассчитайте калорийность простокваши массой 200 г и 1 ч. ложки сахара массой 8 г.

Вариант 3

1. Рассчитайте калорийность трески отварной массой 100 г.
2. Рассчитайте калорийность брюссельской отварной капусты массой 150 г.
3. Рассчитайте калорийность порции сосисок массой 100 г с зеленым горошком массой 150 г.

Вариант 4

1. Рассчитайте калорийность чашки чая 200 мл с сахаром массой 16 г.