

# Тема урока: «Мотив еды в произведениях русской и татарской литературы»

Интегрированный урок  
Русская литература,  
татарская литература,  
Кулинария (введение в  
специальность).



## Цели урока:

- показать особенности образа еды как художественного средства;
- стимулировать интерес к чтению;
- совершенствовать умения готовить выступление на литературную тему (исследовательский метод); пробудить интерес учащихся к произведениям русской и татарской литературы, описывающих картины еды, приготовления блюд, как подготовка их к будущей профессии повара;
- научиться приемам сервировки стола .

## Оборудование урока:

- презентация «Тема еды в русской и татарской литературе»;
- «Тема еды в живописи», «Гигиена питания»;
- тексты повести Н. В. Гоголя «Старосветские помещики», «Зять» («Кияу») Г.Исхакый»;
- предметы сервировки стола к чаепитию;
- кулинарные книги: «Татарская кухня», «Секреты русского застолья»;
- Видеозапись спектакля по повести Н. В. Гоголя «Старосветские помещики»

«Все виды искусств служат  
величайшему из искусств -  
искусству жить на земле».

*Бертольт Брехт.*

## **«Вкусная еда - поэзия души»**

О. Э. Мандельштам. «Мороженное».

"Мороженное!" Солнце. Воздушный бисквит.  
Прозрачный стакан с ледяною водою.  
И в мир шоколада с румяной зарею,  
В молочные Альпы, мечтанье летит...

# Роль еды в жизни человека

- - Для чего люди употребляют пищу?
- - Какие чувства при этом испытывают?
- - Часто ли в литературе встречаются эпизоды с едой?
- - Какую роль играет в произведениях мотив еды?
- **Источник энергии**
- **радость бытия**
- **традиции народа, колорит**
- **характеристика героя**
- **социальное положение**
- **ирония, сатира, сарказм**

Любимые блюда И. А. Крылова:  
Подовые пироги, «петушки гребешки», бараний бок с кашей





*Мы за чистым чайным столом – чайки с блюдами, тарелочки, хлебница и в молочнике – молоко, все, как астарь. И это, наверно, сон сплется – на тарелке горка хлеба, намазанного – маслом! И другая тарелка – с повидлом. И пьем настоящий, как в детстве и юности, чай. В стакане – золотым столбиком. Как рады нас угостить!..*

*А.И. Цветаева.  
Воспоминания*

**Чаепитие - излюбленная тема в литературе**

**«...Разлитый  
Ольгиной рукою  
По чашке темною  
струею  
Уже душистый чай  
бежал,  
И сливки мальчик  
подавал...»  
А. С. Пушкин.  
«Евгений Онегин»**



**Меню литературных героев татарской классики. Әдәби геройлар менюсы”.**  
**Гаяз Исхакый. “Кияү” повесте. 1911 ел.**

**«Яшь кияү “сыйлау” менюсы»**

**Иртәнге аш.(Завтрак)**

1. Коймак.
2. Пәрәмәч.
3. Сумса

**Әбәт(Обед)**

1. Тавык ите белән бәлеш.
2. Дөге бәлеше.
3. Сарык ите шулпасы.
4. Тутырма( каймак, дөге, бавыр) белән ит.
5. Пилмән.
6. Чия суы.
7. Чәй: лимон, әфлисун, алма бәлеше

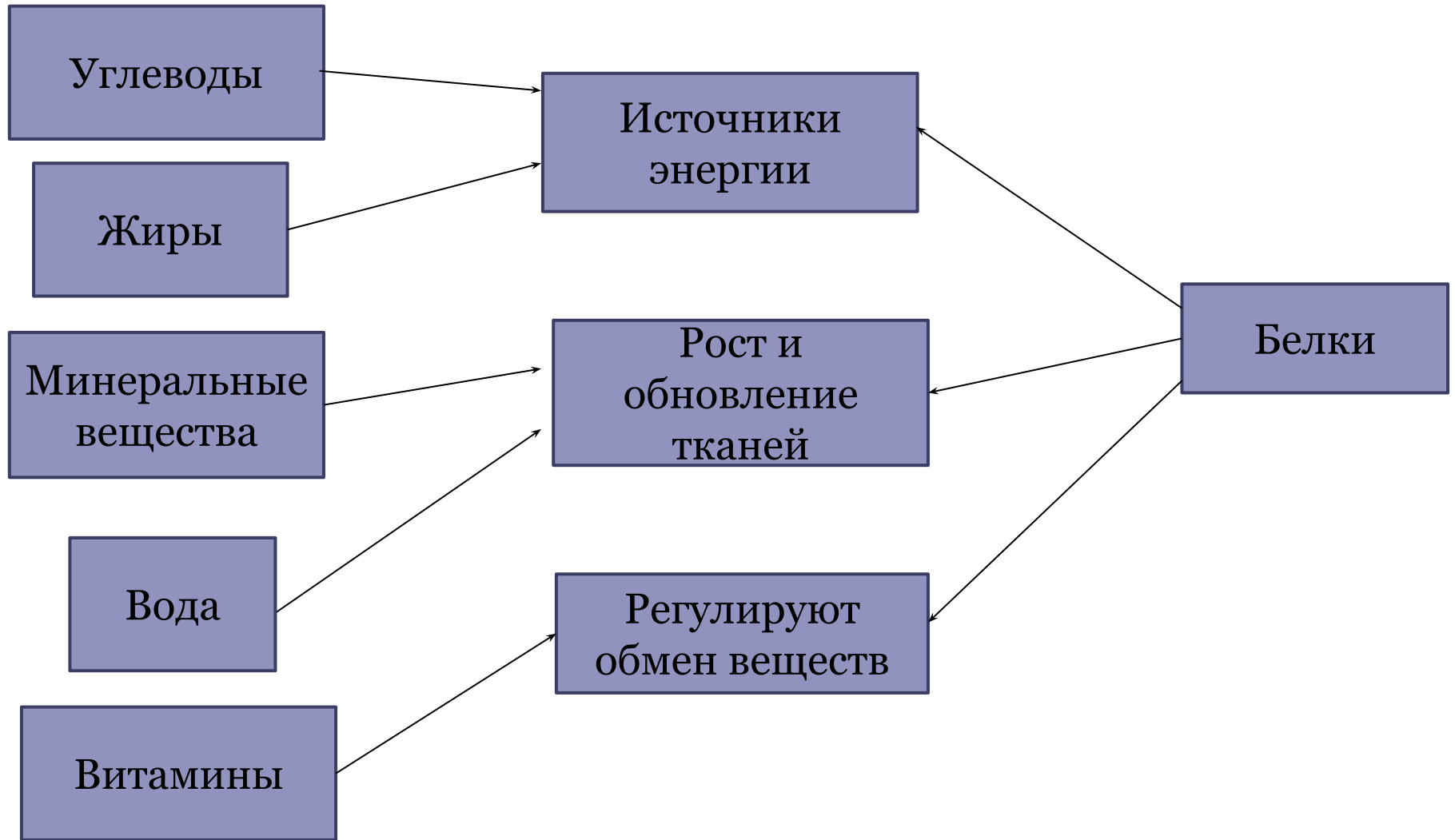




# «Физиология и гигиена питания»



# Функции пищевых веществ



# Пирамида питания



## Оптимальное соотношение пищевых веществ в рационе

Белки	Углеводы	Жиры
25-35%	50-60%	15-20%

## Энергетическая ценность пищевых веществ

1г белка	1г углевода	1г жира
4 ккал	4 ккал	9 ккал

# «Физиология и гигиена питания» – это

наука о рациональном и здоровом питании населения.

Рациональное питание должно отвечать следующим требованиям:

- Суточный рацион должен соответствовать по энергетической ценности энергозатратам организма.
- Количество и пропорции пищевых веществ должны соответствовать физиологическим потребностям человека.
- Пищевой рацион должен быть правильно распределён в течении дня.
- Рациональное питание должно быть безупречным в санитарно-эпидемиологическом отношении.



## Рекомендуемое распределение калорийности при 4-разовом питании



Продукты	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность 100г продукта, ккал
Говядина	18	8	-	150
Куры	20	5	-	135
Рыба	18	0,3	-	75
Яйца	14	11	0,4	157
Молоко	3,5	3,5	5	40
Масло сливочное	0,5	80	0,5	730
Картофель	2	-	20	88
Яблоки	-	-	13	54
Рис	7	0,5	76	336
Макароны	10	0,9	70	327
Печенье	7	11	65	393
Сахар	-	-	100	400
Шоколад	5	20	65	460

## Азық-төлекнең калориялеге

# Суточная потребность человека в пищевых веществах и энергии

Вода, г		1750-2200	Минеральные вещества	
В том числе	питьевая (чай, кофе и т. д.)	800-1000	Кальций, мг	800-1000
	в супах	250-500	Фосфор, мг	1000-1500
	в продуктах питания	700	Натрий, мг	4000-6000
Белки, г		80-100	Калий, мг	2500-5000
В том числе животные		30-60	Железо, мг	10-18
Углеводы, г		400-500	Витамины	
В том числе сахар		50-100	С, мг	50-70
Крахмал		400-450	В <sub>1</sub> , мг	1,5-2,0
Пищевая клетчатка, г		25	В <sub>2</sub> , мг	2,0-2,5
Жиры, г		60-100	В <sub>12</sub> , мг	0,002-0,005
В том числе растительные		20-25	В, мг	0,0025-0,01
Холестерин		0,3-0,6	А, мг	1,2-2,5
			Е, мг	8-10
Общая энергетическая ценность – 3000 ккал (12 540 кДж)				



# Меню одного дня русской кухни



	Выход, г.	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>		
Кофе	200г	58
Пряники	100г	220
<b>Второй завтрак</b>		
Коржик с салом	100г	293
Пирожки с маком	120г	206
Рыжики соленые	150г	100
Чай	200г	60
<b>Полдник</b>		
Грибы соленые	150г	100
Рыба сушеная	100г	86
Чарка водки	100г	233
Калачи	150г	292
Блины	150г	325
Чай	200г	60
<b>Обед</b>		
Грибы маринованные	50г	29
Капуста квашеная	100г	17
Щи	500г	200
Говядина в горшочке	250г	300
Каша	250г	300
Пироги	150г	250
Арбуз	100г	72
Груши	100г	42

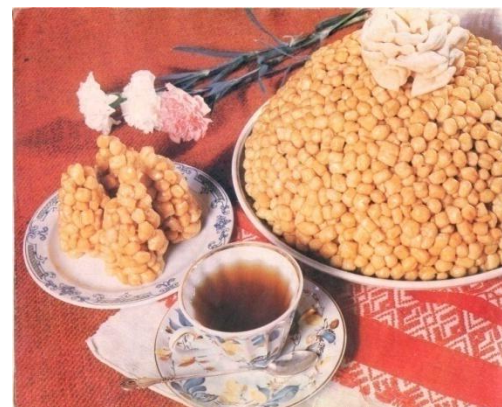
	Выход, г.	Калорийность, ккал
<b>Первый ужин</b>		
Вареники с ягодами	150г	280
Кисель	200г	150
<b>Второй ужин</b>		
Пирожки с сыром	120г	290
Пирожки с капустой и гречневой каши	120г	206
Сбитень	200г	80
<b>Третий ужин</b>		
Пожарские котлеты	75г	262
Каша	250г	300
Курник	200г	370
Сырники	150г	440
Квас	200г	45
<b>Перед сном</b>		
Узвар с сушеными грушами	200г	140
Кислое молоко	200г	125
<b>Итого</b>		<b>5831</b>

**Повара существуют для того, чтобы продукты превращать во вкусные блюда, завораживая людей своим искусством,— сказал директор Берлинского кинофестиваля Дитер Косслик.**  
**Аш-су осталары гади продуктлардан тәмле ризыклар пешереп, аларны сэнгать дәрәжасенә житкеруче тылсымчылар дигән Дитер Косслик**



# Меню одного дня татарской кухни

	Выход, г.	Калорийность, ккал		Выход, г.	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>			<b>Ужин</b>		
Блины	150	325	Бульон	250	22
Пәрәмәч	130	460	Балиш	200	305
Сумса с мясом	100	370	Мясо с картофелем	250	300
Каймак	150	204	Компот	200	100
Чай с молоком	200	80	Чай с молоком	200	80
<b>Обед</b>			<b>Перед сном</b>		
Суп с пельменями	250	300	Блины	150	325
Балиш с рисом	200	220	Чай	200	80
Балиш с курицей	200	305	<b>Итого</b>		
Тутырма из баранины	225	400	5585		
Мясо с картофелем	250	500			
Компот из вишни	200	140			
Лимон	100	35			
Апельсин	100	38			
Балиш с яблоками	200	220			
Конфеты	100	370			
Варенье	100	122			
Сухофрукты	100	204			
Чай с молоком	200	80			



# Меню аграрного колледжа

	Выход, г.	Цена, р.к.	Калорийность, ккал
<b><u>Завтрак</u></b>			
Каша геркулесовая	250	5-63	300
Чай с сахаром	200	0-93	60
Хлеб	100	2-73	237,3
Масло сливочное	10	1-60	73
Итого за завтрак			670,3
<b><u>Обед</u></b>			
Салат из свеклы	100	1-00	69
Борщ из свежей капусты	250	4-65	100
Плов	50/250	14-73	600
Какао с молоком	200	4-13	200
Хлеб	150	3-36	355,95
Итого за обед			1324,95
<b><u>Ужин</u></b>			
Салат из свежей капусты	100	0-93	67
Каша ячневая	250	6-00	300
Чай с сахаром	200	2-73	60
Хлеб	100	1-93	237,3
<b><u>Дополнительный ужин</u></b>			
Чай с сахаром	200	0-93	60
Хлеб	100	2-73	237,3
Масло сливочное	10	1-60	73
Итого за 2 ужина			1034,6
Всего за день			3029,85



# Последовательность расположения блюд в меню

1. Холодные блюда и закуски.
2. Горячие закуски.
3. Супы.
4. Вторые горячие блюда.
5. Сладкие блюда.
6. Горячие напитки.
7. Холодные напитки .
8. Мучные кулинарные и кондитерские изделия.
9. Хлеб.

# Виды меню



**Горячие блюда из мяса**

	Кол.:	Цена:
1. <b>Лангет</b>	200/20 гр.	150 р.
2. <b>Вырезка по-французски</b> (телятина, грибы, помидоры, сыр)	250/30 гр.	250 р.
3. <b>Вырезка по-царски</b> (телятина, грибы, помидоры, сыр)	280/30 гр.	280 р.
4. <b>Телятина по-домашнему</b> (телятина, картофель, помидоры, зелень)	180/20/20 20/10 гр.	250 р.
5. <b>Баранина по-домашнему</b> (баранина, лук, помидор, перец, картофель, специи)	20/10 гр.	250 р.
6. <b>Котлеты из телятины</b> (жареные, паровые)	180/30 гр.	130 р.
7. <b>Девичья баня</b> (телятина, картофель отварной, помидор, грибы, эрвант)	250/30 гр.	300 р.
8. <b>Адвександал</b> (телятина, помидор, баклажан, перец, картофель, зелень, чеснок)	250 гр.	250 р.
9. <b>Долма</b> (фарш в виноградных листьях)	200/50 гр.	180 р.
10. <b>Джиз-биз</b> (внутренности, курдюк, картофель, лук)	250 гр.	220 р.
11. <b>Хинкали по-азербайджански</b> (пласты теста с обжаренным фаршем из баранины)	170/20/ 20/10 гр.	200 р.
12. <b>Мясо ягненка в баклажане с соусом от шеф-повара</b>	200/150/50 гр.	380 р.
13. <b>"Очи Баку"</b> (каре баранины, помидорчики, картофель, баклажан)	300/30 гр.	320 р.
14. <b>Мясо по-мексикански</b> (куриное филе, маслины, лук, грибы)	180/20/30 10/5 гр.	270 р.
15. <b>Бефстроганое по-турецки</b>	200 гр.	180 р.
16. <b>Мясо по-баварски</b> (телятина, грибы, перец, сыр)	170/20 20/20 гр.	230 р.
17. <b>"Медвежья лапа"</b> (баранина, карейка, грибы, помидор, сыр)	250/30 гр.	280 р.
18. <b>Свинина по-русски</b> (свиная шейка, грибы, картофель, помидор, болгарский перец, рис, маслины, сливки, коньяк)	100/100 50/30 гр.	320 р.

**Меню Кафе**

<p><b>Чизкейк «Нью-Йорк»</b> С начинкой из сливок и сыра, приготовленный по рецепту шеф-повара. Вес 1 порции 100 г. Кол-во порций 200/30 гр. Цена: 150 р.</p>	<p><b>Чизкейк «Вишневый»</b> Чизкейк с начинкой из вишни и сливок. Вес 1 порции 100 г. Кол-во порций 200/30 гр. Цена: 150 р.</p>
<p><b>«Мусс тришоколада» торт</b> Насыщенный шоколадом. Вес 1 порции 119 г. Кол-во порций 200/30 гр. Цена: 180 р.</p>	<p><b>Чизкейк «Добрые дела»</b> С начинкой из карамели и сливок. Вес 1 порции 100 г. Кол-во порций 200/30 гр. Цена: 150 р.</p>
<p><b>Брусничный кремовый пирог</b> С белым шоколадом. Вес 1 порции 119 г. Кол-во порций 200/30 гр. Цена: 180 р.</p>	<p><b>Торт «Гурман» яблочный</b> Отборные яблоки, лимонный сок, специи. Вес 1 порции 119 г. Кол-во порций 200/30 гр. Цена: 180 р.</p>
<p><b>Двойной шоколадный торт</b> Шоколадный торт с шоколадной начинкой. Вес 1 порции 119 г. Кол-во порций 200/30 гр. Цена: 180 р.</p>	<p><b>Тирамису маскарпоне</b> Два слоя крема с маршмэллоу и печеньем. Вес 1 порции 119 г. Кол-во порций 200/30 гр. Цена: 180 р.</p>

**КАФЕ-БАР**  
**«Сказка»**  
**Холодные закуски**

	Кол.:	Цена:
<b>"Мясное ассорти"</b> (карбонат, шейка, с/к колбаса)	150 гр.	150.00
<b>Язык вареный с хреном</b>	100/20 гр.	150.00
<b>"Рыбное ассорти"</b> (семга, палтус)	100 гр.	150.00
<b>"Овощное ассорти"</b> (св. огузки, св. помидоры, болгарский перец, зелень, брынза)	250 гр.	200.00
<b>"Овощная нарезка"</b> (св. огузки, св. помидоры)	150 гр.	80.00
<b>Зелень</b>	50 гр.	70.00
<b>Сыр</b>	100 гр.	70.00
<b>Брынза</b>	100 гр.	70.00
<b>Соления</b>	150 гр.	70.00
<b>Сельдь с луком</b>	150 гр.	70.00
<b>Грибы маринованные с луком</b>	150 гр.	60.00
<b>Лимон</b>	50 гр.	40.00
<b>Маслины</b>	75 гр.	50.00
<b>Оливки</b>	75 гр.	50.00
<b>Фаршированные помидоры</b> (сыр, чеснок, грецкий орех, зелень)	150 гр.	100.00
<b>Фаршированные баклажаны</b> (сыр, чеснок, грецкий орех, зелень)	100 гр.	100.00
<b>Икра красная</b>	20 гр.	60.00
<b>Бутерброды</b>		
<b>Бутерброд с сыром</b>	20/30 гр.	25.00
<b>Бутерброд с колбасой</b>	20/30 гр.	30.00
<b>Бутерброд с ветчиной</b>	20/30 гр.	30.00
<b>Бутерброд с шейкой</b>	20/30 гр.	30.00
<b>Бутерброд с карбонатом</b>	20/30 гр.	30.00
<b>Бутерброд с икрой</b>	20/20/20 гр.	60.00
<b>Бутерброд с семгой</b>	20/30 гр.	50.00
<b>Хлеб</b>		
<b>Хлеб</b>	1/60 гр.	10.00
<b>Лаваш</b>	1/60 гр.	20.00
<b>Лаваш (армянский)</b>	1/60 гр.	30.00





# Роль еды в животиси.



*Вот течет молоко. Вы  
питаетесь им.  
Запиваете твердые  
пряники.  
Захочу — и его вам открою  
иным,  
драгоценным и редким, как  
праздники.*

*Х. Хлапотов. «Крестьянская  
девочка»*





*И чай несут. Люблю я  
час  
Определять обедом,  
чаем  
И ужином. Мы время  
знаем  
В деревне без больших  
сует:  
Желудок - верный наш  
брегет;*

Б.  
Кус  
тод  
иев  
«Ку  
пчи  
ха  
за  
чае  
М»



*Как сладостно твоё  
святое хлебосольство  
Нам бывало вкус и жажды  
своевольство:  
С каким радушием –  
красотою древних лет –  
Ты собирала нам  
затейливый обед!  
Сама и водку нам, и  
брашна подавала,  
И соты, и плоды, и вина  
уставляла  
На милой тесноте  
старинного стола!  
Ты занимала нас – добра и  
весела –  
Про стародавних бар  
пленительным рассказом:  
Мы удивлялися  
почтенным их приказам.  
Мы верили тебе – и смех  
не прерывал  
Твоих бесхитростных  
суждений и похвал:  
Свободно говорил язык  
словоохотный,  
И легкие часы летели  
беззаботно!*





*Хочешь - так подай на стол,  
Хочешь - брось его в рассол.  
Никогда он не грустит  
И хрустит, хрустит, хрустит.  
Без неё какой обед? Без неё обеда  
нет.*

**Мужчины против; и, крестясь,  
Толпа жуужжит, за стол садясь.  
На миг умолкли разговоры;  
Уста жуют. Со всех сторон  
Гремят тарелки и приборы  
Да рюмок раздаётся звон.**



*Глухая тоска без причины  
И дум неотвязный угар.  
Давай-ка наколем лучины –  
Раздуем себе самовар!  
За верность старинному чину,  
За то, чтобы жить не спеша!*





*Ты завариваешь её в маленьком  
чайнике,  
Возвращаешься в постель и пьёшь с  
гостьей,  
Закусывая солёными гурздыми.*



*...А на меню стояло: Обед в стане  
Ермака Тимофеевича, и в нем  
значились только две перемены:  
первое - закуска и второе- сибирские  
пельмени...*



*...Ездить на кляче,  
есть сухари;  
В стуже и в зное меч  
закаляя,  
Спать на соломе,  
бдеть до зари...*



# Правила сервировки стола

- Сервировка должна соответствовать меню.
- Соответствовать тематике мероприятия.
- Быть эстетичной, гармонировать с формой стола, скатертью, салфетками.
- Все предметы сервировки должны быть расположены в определенной последовательности..
- При сервировке стол сперва накрывают скатертью.
- Затем ставят тарелки;
- Приборы;
- Стеклянную посуду;
- Раскладывают салфетки;
- Расставляют приборы со специями,
- Вазу с цветами и другие аксессуары стола.

# Русская кухня



# Татарская кухня



# Современная сервировка стола



*Приятного аппетита!*

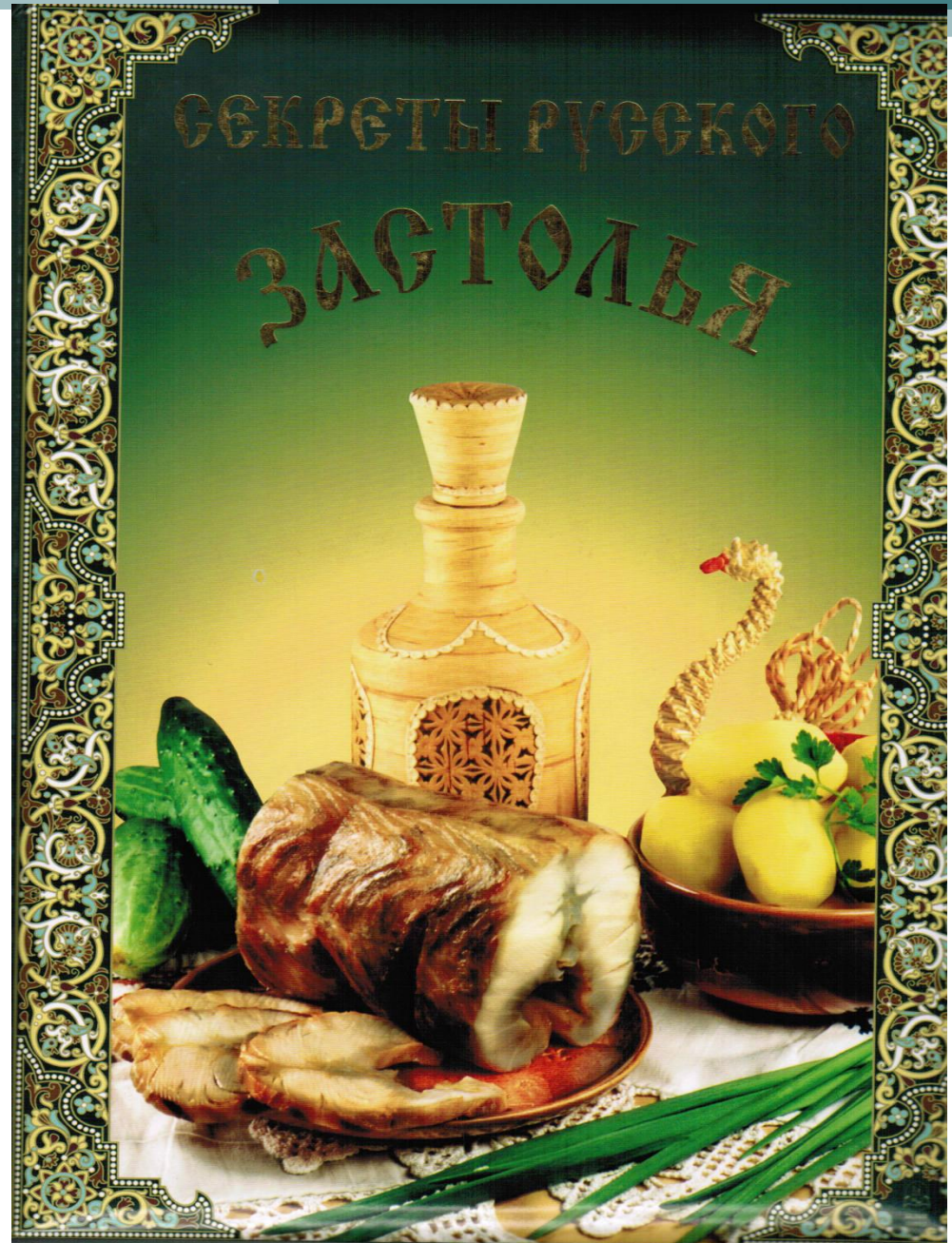


Аш-су  
күргәзмәсе

# Игра “Кастрюлькины вопросы”

- 1) «Это питье супругам Лариным было необходимо как воздух».
- 2) «Что солила на зиму мать Татьяны и Ольги Лариных?»
- 3) «Какое любимое блюдо было у Гоголя?»
- 4) Какие котлеты предпочитал А. С. Пушкин?
- 5) Ризык пешерер алдыннан башта савытка нәрсә салалар?
- 6) Любимое блюдо поэта Г. Тукая.
- 7) Что съел лиса в татарской народной сказке?
- 8) Назовите свадебное кушанье татар.

**Кулинарная  
новинка**



Презентация новых  
кулинарных книг  
«Секреты русского  
застолья»,  
«Татарская кухня»  
Марины и Михаила  
Медведевых

*-Что ты читаешь,  
Варвара?- сердито  
спросил он.*

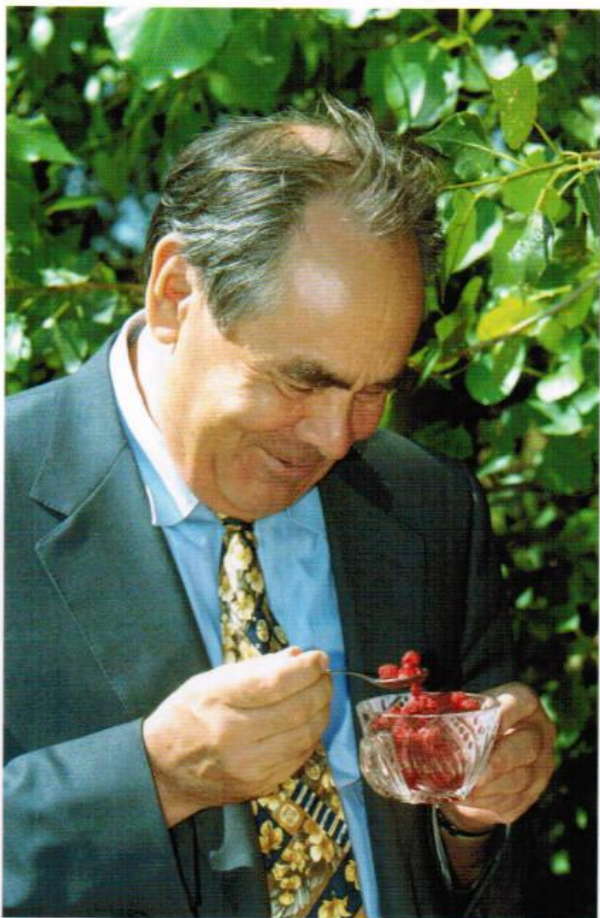
*- Что? Известно ё,  
поварскую книгу, -  
ответила Варвара.-  
Мне пустяков  
некогда читать.*

Федор Сологуб. « Мелкий  
бес»





*Татарские национальные блюда- это творчество, это таинство, это чудо, передающееся из поколения в поколение. М.Ш.Шаймиев. Президент Республики Татарстан*



*Национальные блюда –  
это творчество,  
это таинство,  
это чудо,  
передающееся  
из поколения в поколение.*

*Минтимер Шаймиев,  
Президент Республики Татарстан*

# Домашнее задание

- Русская литература: Мотив еды в романе
- А. Н. Гончарова «Обломов»
- Ведение в специальность(кулинария): Составить меню обеда, ужина для своей семьи? (определить калории)