

КУЛИНАРИЯ

# СОДЕРЖАНИЕ



- Календарно-тематическое планирование.
- Путешествие в страну кулинарии.
- Православная кулинария.
- Этикет за столом
- Праздник русской кухни.

# КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС

## *Кулинарные работы 12 часов*

- **Занятие №1.** 1. Вводное занятие. 2. Кулинарная обработка продуктов. Бутерброды. Пр. р. Сервировка стола к завтраку. Ознакомить с содержанием работы, оборудованием. Инструктаж по т/б. Дать понятие о кулинарии, познакомить с видами бутербродов, научить сервировке стола к завтраку. 2ед.
- **Занятие №2.** 1. Приготовление простых открытых бутербродов и чая. 2. Пр.р. Приготовление простых открытых бутербродов и чая. Научить приготовлению открытых бутербродов и чая. 3нед.
- **Занятие №3.** 1. Приготовление закрытых бутербродов и кофе. 2. Пр. р. Приготовление закрытых бутербродов и кофе. Научить приготовлению закрытых бутербродов и кофе. 4нед.
- **Занятие №4.** 1. Приготовление комбинированных бутербродов и какао. 2. Пр. р. Приготовление комбинированных бутербродов и какао. Научить приготовлению комбинированных бутербродов и какао. 5нед.
- **Занятие №5.** 1. Приготовление блюд из яиц. Лаб. р. Определение доброкачественности яиц. 2. Пр.р. Приготовление омлета. Ознакомить с пищевой ценностью яиц, научить определять доброкачественность яиц, научить приготовлению блюд из яиц. 6нед.
- **Занятие №6.** 1. Приготовление завтрака. 2. Пр.р. Приготовление завтрака. Закрепить знания и умения по приготовлению изученных блюд.

# КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС

## *Кулинарные работы 12 часов*

- **Занятие №1.** 1..Вводное занятие. Макароны изделия и крупы. 2.Лаб. р. Определение вида крупы и ее доброкачественности. Сервировка стола к ужину. Ознакомить с содержанием работы в учебном году, инструкцией по т/б. Ознакомить с видами и производством макаронных изделий и круп. Научить определять доброкачественность круп, их вид. Научить сервировке стола к ужину. 2 нед.
- **Занятие №2.** 1.Приготовление блюд из макаронных изделий. 2.Пр.р. Приготовление макарон с сыром. Научить приготовлению блюд из макаронных изделий. 3 нед.
- **Занятие №3.** 1.Приготовление крупяных блюд.2.Пр. р. Приготовление каши гречневой с маслом. Научить приемам приготовления крупяных блюд. 4 нед.
- **Занятие №4.** 1.Приготовление блюд из молока и молочных продуктов.2.Пр. р. Приготовление сырников. Научить приготовлению блюд из молока и молочных продуктов. 5 нед.
- **Занятие №5.** 1. Приготовление сладких блюд.2.Пр. р. Приготовление киселя из брусники. Научить приготовлению сладких блюд. 6 нед.
- **Занятие №6.** 1.Приготовление ужина.2.Пр.р. Приготовление ужина. Закрепить знания и умения по приготовлению блюд из изученных продуктов.

# КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 КЛАСС

## *Кулинарные работы 12 часов*

- **Занятие №1.** 1. Вводное занятие. Обеденные блюда. Лаб. р. Сервировка стола к обеду. Ознакомить с содержанием работ, инстр. по т/б. Ознакомить с видами блюд входящих в меню обеда, научить сервировке стола к обеду.
- **Занятие №2.** 1. Приготовление закуски из овощей. 2. Пр. р. Приготовление закуски из овощей. Ознакомить с пищевой ценностью овощей, научить приготовлению овощной закуски.
- **Занятие №3.** 1. Приготовление закуски из рыбы. 2. Пр. р. Приготовление рыбы под маринадом. Ознакомить с технологией приготовления закуски из рыбы. Научить ее приготовлению.
- **Занятие №4.** 1. Приготовление рыбных блюд. 2. Пр. р. Приготовление ухи. Ознакомить с технологией приготовления горячих блюд из рыбы. Научить их приготовлению.
- **Занятие №5.** 1. Приготовление мясных блюд. 2. Пр. р. Приготовление котлет с картофельным гарниром. Ознакомить со значением блюд из мяса в питании человека, технологией их приготовления.
- **Занятие №6.** 1. Приготовление обеда. 2. Пр. р. Составление меню обеда и приготовление входящих в него блюд. Закрепить знания и умения по приготовлению блюд из изученных продуктов, научить составлять меню обеда.

# КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 8 КЛАСС

## *Кулинарные работы 12 часов*

- **Занятие №1.** 1.Вводное занятие.2.Изделия из теста. Лаб. р. Определение доброкачественности муки. Сервировка праздничного стола. Ознакомить с содержанием работы, инстр. по т/б. Ознакомить с пищевой ценностью изделий из теста. Научить сервировке праздничного стола.
- **Занятие №2.** 1.Приготовление блюд из пресного теста.2.Пр. р. Приготовление вареников. Научить приготовлению вареников.
- **Занятие №3.** 1.Приготовление блюд из жидкого пресного теста.2.Пр. р. Приготовление блинчиков с маслом. Научить приготовлению блинчиков.
- **Занятие №4.** 1.Приготовление блюд из дрожжевого теста.2.Пр. р. Приготовление пирожков из дрожжевого теста. Научить приготовлению пирожков.
- **Занятие №5.** 1.Приготовление кондитерских изделий.2.Пр. р. Приготовление печенья. Научить приготовлению печенья.
- **Занятие №6.** 1.Приготовление заварного теста.2.Пр. р. Приготовление профитролей. Научить приготовлению профитролей.

# КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 КЛАСС

## *Кулинарные работы 12 часов*

- **Занятие №1.** 1.Вводное занятие.2.Пр. р. Составление меню на день. Ознакомить с содержанием работы, инстр. по т/б, с гигиеническими требованиями к составлению меню.
- **Занятие №2.** 1.Определение питательной ценности пищевого рациона. 2.Пр. р. Определение питательной ценности пищевого рациона. Научить рациональному расходу продуктов, вычислению стоимости пищевого рациона.
- **Занятие №3.** 1.Приготовление варенья.2.Пр. р. Приготовление варенья из ягод. Научить консервировать продукты способом варки.
- **Занятие №4.** 1.Маринование овощей.2.Пр. р. Маринование овощей. Научить консервировать продукты способом маринования.
- **Занятие №5.** 1.Соление овощей.2.Пр. р. Соление овощей. Научить консервировать продукты способом засолки.
- **Занятие №6.** 1.Приготовление компотов.2.Пр. р. Приготовление компотов. Научить консервировать продукты способом варки.

# ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ КУЛИНАРИЯ



- В удивительной и таинственной стране Кулинария насчитывается сотни тысяч самых разнообразных рецептов блюд, приготовление которых всегда считалось высоким искусством.
- В Кулинарии важно не только вкусно приготовить блюдо. Настоящий повар старается порадовать гостей своим кулинарным искусством, старается создать неповторимое блюдо, чтобы оно запомнилось, вкладывая в приготовление пищи частицу своей души, проявляя при этом весь свой вкус и фантазию. Ведь от повара зависит ценнейшее качество человека — его здоровье. А в здоровом теле — здоровый дух.



# ПРАВОСЛАВНАЯ КУХНЯ



- **Пост** - это не диета. Пост телесный, без поста духовного, ничего не приносит для спасения души, даже наоборот, может быть и духовно вредным, если человек, воздерживаясь от пищи, проникается сознанием собственного превосходства. Истинный пост связан с молитвой, покаянием, с воздержанием от страстей и пороков, искоренением злых дел, прощением обид, с воздержанием от супружеской жизни. Пост не цель, а средство - средство смирить свою плоть и очиститься от грехов. Без молитвы и покаяния пост становится лишь диетой. Постясь телесно, в тоже время необходимо нам поститься и духовно. "Постящися, братие, телесне, постимся и духовне, разрешим всяк союз неправды", - заповедует Святая Церковь. Сущность поста выражена в следующей церковной песне: "Постясь от брашен, душа моя, а от страстей не очищаясь, напрасно утешаемся неядением, ибо если пост не принесет тебе исправления, то возненавидена будет от Бога, как фальшивая, и уподобится злым демонам, никогда не ядущим".

# ЭТИКЕТ ЗА СТОЛОМ



Разработка сценария  
внеурочного занятия  
с детьми школьного  
возраста.

# ПРАЗДНИК РУССКОЙ КУХНИ



В СТАРИНУ ЕДАЛИ  
ДЕДЫ...

(праздник русской кухни)



# сервировка стола



# блюда



# ЧАЙ ПО РУССКИ

## **Рецепт приготовления**

**1. Чай засыпать в предварительно прогретый сосуд, залить кипятком, оставить на 5 минут и затем перелить настой в чайничек. Каждый из присутствующих должен сам налить себе в чашку готовой Заварки и долить ее кипятком. По желанию можно добавить сгущенное молоко, лимонный сок или сливки. Русский чай пьют в прикуску. Сахар можно заменить засахаренными фруктами или вареньем.**

**8 чайных ложек чая, кипятком, молоко, сахар-рафинад, засахаренные фрукты или варенье, лимонный сок или сливки по желанию.**

**2. Чай залить кипятком, через 5 минут процедить, добавить корку и сок лимона. Каждый кусочек рафинада хорошо натереть апельсиновой кожурой, опустить в сосуд с вином и поставить на огонь. Довести до кипения, влить чайную смесь и ром. Готовый пунш подать очень горячим.**

**2 столовые ложки чая, 1/2 литра кипятка, 1/8 литра рома, 1/4 литра красного вина, сок из 1/2 лимона, корка с 1 апельсина и 1/2 лимона, 8-9 кусочков сахара-рафинада.**

# КУРНИК

## *Рецепт приготовления:*

Приготовить крутое сдобное тесто, раскатать две круглые лепешки толщиной 1 см. Одну, побольше, для основания пирога, а другой поменьше для его крышки.

На середину первой лепешки уложить слоем начинку из риса с грибами, затем половину ломтиков мякоти сваренной курицы или цыплят. Повторить слои в той же последовательности, покрыть начинку второй лепешкой. Защипнуть края вокруг основания курника легонько. Верхнюю лепешку радиально нарезать и сделать в середине верхней крышки небольшое отверстие, смазать яйцом, положить украшение из теста. Сделать несколько проколов для выхода пара и выпекать в горячей духовке около одного часа. В готовый курник через верхнее отверстие влить немного крепкого куриного бульона и прогреть. Можно влить бульон и в начале выпечки. Для первой начинки сварить рассыпчатую рисовую кашу, смешать с поджаренными рублеными грибами, яйцами, маслом, зеленью и посолить. Для второй начинки мякоть сваренной курицы или цыплят нарезать тонкими ломтиками и залить белым соусом. В старину в начинки добавляли немного говяжьего костного мозга, а рис нередко заменяли гречневой крупой.

Для теста 2,5 стакана муки % стакана воды два желтка, 4 ст. ложки сливочного масла, соль.

Для первой начинки % стакана риса 4-5 грибов средней величины, 4-5 яиц, одна столовая ложка сливочного масла, немного рубленой зелени петрушки

Для второй начинки 1 курица, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 2/3 стакана куриного бульона.

Курник подавать к первым блюдам или отдельно с бульоном ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!

# русский квас

## Рецепт приготовления

1 кг ржаного дробленого солода, 300 г ячменного дробленого солода, 600 г ржаной муки, 130 г ржаных сухарей, 80 г черствого ржаного хлеба, 1 кг патоки, 30 г мяты.

Замешать из солода и муки с 3 л горячей воды тесто без комков и, накрыв посуду чистой тряпкой, дать ему настояться в течение часа.

Выдержанное тесто переложить в огнеупорную посуду (чугун), накрыть крышкой и поставить в горячую печь (духовку) для упаривания. Упаренное тесто тщательно перемешать, отскоблить от стенок посуды и долить кипятком.

По прошествии суток, выложить тесто в настойный чан, залить его 16 л горячей воды, насыпать измельченные сухари и хлеб. Образовавшийся затоп Хорошо перемешать и оставить на 6—10 часов для настаивания и осветления. Когда гуща осядет, а сусли начнет бродить, осторожно слить его в пропаренный и промытый чистый бочонок.

В оставшуюся гущу вторично залить 15 л горячей воды. Через 2—3 часа сусли слить в бочонок смешать с настоем мяты и оставить для сбраживания на сутки. Затем бочонок перенести в ледник.

Когда брожение станет менее интенсивным, добавить в квас патоку (1 кг на 30 л кваса), бочонок закупорить деревянной втулкой.

Через 3—4 дня квас готов к употреблению. Хранится квас в холодном погребе несколько месяцев, и свойства его от этого не теряются. Разлитый в бутылки квас можно держать в погребе или в холодильнике.



# ПРЯНИК

## *Рецепт приготовления*

**2,5** стакана муки; **0,5** стакана патоки;  
**0,5** стакана сахара; **0,5** стакана воды; **1**  
чайная ложка корицы; **2** столовых ложки  
сливочного масла; **1** яйцо; соль;  
сода.