

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»

Многопрофильный колледж



**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ  
ЛАБОРАТОРНЫХ РАБОТ**


**по учебной дисциплине  
ОП.11 ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ**

**для студентов специальности  
19.02.10 Технология продукции общественного питания  
базовой подготовки**

Магнитогорск, 2018

**ОДОБРЕНО:**

Предметно-цикловой  
комиссией  
Сферы обслуживания

Председатель   
И.В. Авдюшина  
Протокол №6 от 21.02.2018 г.

Методической комиссией МпК  
Протокол №4 от «01» марта 2018г

**Составитель:**

преподаватель ФГБОУ ВО «МГТУ им Г.И. Носова» МпКМ. А. Ильина

Методические указания по выполнению лабораторных работ разработаны на основе рабочей программы учебной дисциплины Оп.11/Диетическое питание.

Содержание лабораторных работ ориентировано на подготовку обучающихся к освоению профессиональных модулей программы подготовки специалистов среднего звена специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания и овладению профессиональными компетенциями.

## СОДЕРЖАНИЕ

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 1 Введение.....              | 4  |
| 2 Методические указания..... | 7  |
| Лабораторная работа №1.....  | 7  |
| Лабораторная работа №2.....  | 8  |
| Лабораторная работа №3.....  | 10 |
| Лабораторная работа №4.....  | 11 |
| Лабораторная работа №5.....  | 13 |
| Лабораторная работа №6.....  | 14 |
| Лабораторная работа №7.....  | 16 |
| Лабораторная работа №8.....  | 17 |

## 1 ВВЕДЕНИЕ

Важную часть теоретической и профессиональной практической подготовки обучающихся составляют лабораторные работы.

Состав и содержание лабораторных работ направлены на реализацию действующего федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования.

Ведущей дидактической целью практических работ является экспериментальное подтверждение и проверка существенных теоретических положений.

В соответствии с рабочей программой учебной дисциплины ОП.11 Диетическое питание в производстве предусмотрено проведение лабораторных работ.

В результате их выполнения, обучающийся должен:

*уметь:*

- органолептически оценивать качество продуктов для приготовления диетических (лечебных) блюд;
- принимать организационные решения по процессам приготовления диетических (лечебных) блюд;
- проводить расчеты по формулам;
- безопасно пользоваться производственным инвентарем и технологическим оборудованием при приготовлении диетических (лечебных) блюд;
- выбирать различные способы и приемы приготовления диетических (лечебных) блюд;
- выбирать температурный режим при подаче и хранении диетических (лечебных) блюд;
- оценивать качество и безопасность готовых диетических (лечебных) блюд.

Содержание лабораторных работ ориентировано на подготовку обучающихся к освоению профессионального модуля программы подготовки специалистов среднего звена по специальности и овладению **профессиональными компетенциями:**

И овладению профессиональными компетенциями:

ПК 1.1. Организовывать подготовку мяса и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.

ПК 1.2. Организовывать подготовку рыбы и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.

ПК 1.3. Организовывать подготовку домашней птицы для приготовления сложной кулинарной продукции

ПК2.1. Организовывать и проводить приготовление канапе, легких и сложных холодных закусок.

ПК2.2. Организовывать и проводить приготовление сложных холодных блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы.

ПК2.3. Организовывать и проводить приготовление сложных холодных соусов.

ПК3.1. Организовывать и проводить приготовление сложных супов.

ПК 3.2. Организовывать и проводить приготовление сложных горячих соусов

ПК3.3. Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из овощей, грибов и сыра.

ПК3.4. Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы.

ПК 4.1. Организовывать и проводить приготовление сдобных хлебобулочных изделий и праздничного хлеба.

ПК 4.2. Организовывать и проводить приготовление сложных мучных кондитерских изделий и праздничных тортов.

ПК 4.3. Организовывать и проводить приготовление мелкоштучных кондитерских изделий.

ПК 4.4. Организовывать и проводить приготовление сложных отделочных полуфабрикатов, использовать их в оформлении.

ПК5.1. Организовывать и проводить приготовление сложных холодных десертов.

ПК5.2. Организовывать и проводить приготовление сложных горячих десертов.

ПК 6.1. Участвовать в планировании основных показателей производства.

ПК 6.2. Планировать выполнение работ исполнителями.

ПК 6.3. Организовывать работу трудового коллектива.

ПК6.4. Контролировать ход и оценивать результаты выполнения работ исполнителями.

ПК 6.5. Вести утвержденную учетно-отчетную документацию.

**В процессе освоения дисциплины у студентов должны формироваться общие компетенции:**

А также формированию **общих компетенций:**

ОК1. Понимать сущность и социальную значимость своей

будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

Выполнение обучающимися лабораторных работ по учебной дисциплине ОП.11 Диетическое питание направлено на:

- обобщение, систематизацию, углубление, закрепление, развитие и детализацию полученных теоретических знаний по конкретным темам междисциплинарных курсов;

- формирование умений применять полученные знания на практике, реализацию единства интеллектуальной и практической деятельности;

- формирование и развитие умений: наблюдать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, делать выводы и обобщения, самостоятельно вести исследования, пользоваться различными приемами измерений, оформлять результаты в виде таблиц, схем, графиков;

- приобретение навыков работы с различными приборами, аппаратурой, установками и другими техническими средствами для проведения опытов;

- развитие интеллектуальных умений у будущих специалистов: аналитических, проектировочных, конструктивных и др.;

- выработку при решении поставленных задач профессионально значимых качеств, таких как самостоятельность, ответственность, точность, творческая инициатива.

Лабораторные работы проводятся после соответствующей темы, которая обеспечивает наличие знаний, необходимых для ее выполнения.

## 2 МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

### Тема 2.1 Супы и соусы Лабораторная работа № 1

Цель: приобретение навыков оценки качества и расчета сырья, подбора оборудования и инвентаря, приготовления, оформления и подачи, оценки качества супов и соусов в лечебном и лечебно-профилактическом питании

#### **Выполнив работу, Вы будете:**

*уметь:*

- готовить супы для лечебного и лечебно-профилактического питания;
- правильно оформлять и реализовывать супы и соусы.

#### **Материальное обеспечение:**

1. Методические указания для лабораторных занятий;
2. Конспекты лекций по дисциплине: Диетическое питание
3. Учебная аудитория, оснащенная мультимедийным оборудованием.
4. Нормативно-технические документы
5. Лаборатория, оснащенная оборудованием и инвентарем, посудой для приготовления и подачи.

#### **Задание:**

Приготовить блюда оформить и подать.

#### **Порядок выполнения работы:**

1. Рассчитать сырье с учетом норм закладки;
2. Составить технологические карты на блюда;
3. Провести оценку качества сырья;
4. Приготовить блюда (супы и соусы);
5. Провести бракераж.

#### **Ход работы:**

1. Разделится на бригады.

2. Получить сырье. Провести оценку качества сырья (органолептически).
3. Повторить технологию приготовления блюд и кулинарных изделий по технологическим картам.
4. Приготовить под руководством преподавателя супы.
5. Оформить и подать
6. Сравнить требования к качеству готовых супов с технологической картой.

### Форма представления результата:

Предоставление приготовленных блюд и проведение бракеража.

### Критерии оценки:

| Процент результативности (правильных ответов) | Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений |                      |
|---|---|----------------------|
|   | балл (отметка)  | вербальный аналог    |
| 90 ÷ 100                                      | 5   | отлично              |
| 80 ÷ 89                                       | 4   | хорошо               |
| 70 ÷ 79                                       | 3   | удовлетворительно    |
| менее 70                                      | 2   | не удовлетворительно |

## Тема 2.2 Холодные блюда и закуски

### Лабораторная работа № 2

Приготовление холодных блюд и закусок для диетического и лечебно-профилактического питания

**Цель:** приобретение навыков оценки качества и расчета сырья, подбора оборудования и инвентаря, приготовления, оформления и подачи, оценки качества холодных блюд и закусок в лечебном и лечебно-профилактическом питании

**Выполнив занятие, Вы будете:**

*уметь:*

- организовывать рабочее место по приготовлению холодных блюд;
- готовить блюда;
- безопасно пользоваться производственным инвентарем и технологическим оборудованием для приготовления;



- выбирать температурный и временной режим при подаче и хранении;
- оценивать качество и безопасность готовой холодной продукции.

**Материальное обеспечение:**

Оборудование мастерской и рабочих мест мастерской:

- холодильные шкафы;
- производственные столы;
- стеллажи
- моечные ванны;
- универсальная кухонная машина;
- инструменты и приспособления;
- кухонная посуда и инвентарь;
- столовая посуда и приборы.

**Задание:**

1. Составить технологическую документацию (ТК)
2. Приготовить и подать холодные блюда в соответствии с рецептурой.
3. Провести оценку качества.
4. Заполнить таблицу требования к качеству готовых блюд и изделий

**Порядок выполнения занятия:**

1. Организовать рабочее место.
2. Соблюдать технику безопасности, санитарные нормы.
3. Соблюдение технологического процесса обработки сырья и приготовления полуфабрикатов.
4. Производить тепловую обработку продуктов с соблюдением норм и правил.
5. Доведение до вкуса готовых блюд.
6. Подготовка к отпуску блюд.
7. Оценка качества готовых блюд.
8. Заполнить таблицу требования к качеству готовых изделий

Таблица № 1 Требования к качеству готовых блюд

| Внешний вид | Цвет | Аромат, запах | Вкус | Консистенция | Оценка |
|-------------|------|---------------|------|--------------|--------|
|             |      |               |      |              |        |
|             |      |               |      |              |        |

**Форма представления результата:**

Готовые блюда

**Критерии оценки:**

| Процент результативности (правильных ответов) | Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений |                      |
|---|---|----------------------|
|   | балл (отметка)  | вербальный аналог    |
| 90 ÷ 100                                      | 5   | отлично              |
| 80 ÷ 89                                       | 4   | хорошо               |
| 70 ÷ 79                                       | 3   | удовлетворительно    |
| менее 70                                      | 2   | не удовлетворительно |

**Тема 2.3 Овощные блюда и гарниры, блюда из круп бобовых и макаронных изделий**

**Лабораторная работа № 3**

Овощные блюда и гарниры, блюда из круп бобовых и макаронных изделий для диетического и лечебно-профилактического питания

**Цель:** приобретение навыков оценки качества и расчета сырья, подбора оборудования и инвентаря, приготовления, оформления и подачи, оценки качества овощных блюд и гарниров, блюд из круп бобовых и макаронных изделий в лечебном и лечебно-профилактическом питании

**Выполнив работу, Вы будете:**

*уметь:*

- готовить блюда и гарниры, блюда из круп бобовых и макаронных изделий для диетического и лечебно-профилактического питания;
- правильно оформлять и реализовывать блюда и гарниры, блюда из круп бобовых и макаронных изделий

**Материальное обеспечение:**

1. Методические указания для лабораторных занятий;
2. Конспекты лекций по дисциплине: Диетическое питание
3. Учебная аудитория, оснащенная мультимедийным оборудованием.
4. Нормативно-технические документы
5. Лаборатория, оснащенная оборудованием и инвентарем, посудой для приготовления и подачи.

**Задание:**

Приготовить блюда оформить и подать.

**Порядок выполнения работы:**

1. Рассчитать сырье с учетом норм закладки;
2. Составить технологические карты на блюда;
3. Приготовить блюда;
4. Провести бракераж.

**Ход работы:**

5. Разделиться на бригады.
6. Получить сырье. Провести оценку качества сырья (органолептически)
7. Повторить технологию приготовления блюд по технологическим картам.
8. Приготовить под руководством преподавателя блюда.
9. Оформить и подать

**Форма представления результата:**

Предоставление приготовленных блюд и проведение бракеража.

**Критерии оценки:**

| Процент результативности<br>(правильных ответов) | Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений |                      |
|--|---|----------------------|
|  | балл (отметка)  | вербальный аналог    |
| 90 ÷ 100   | 5   | отлично              |
| 80 ÷ 89  | 4   | хорошо               |
| 70 ÷ 79  | 3   | удовлетворительно    |
| менее 70   | 2   | не удовлетворительно |

Тема 2.4Блюда из рыбы и нерыбного водного сырья

**Лабораторная работа №4**

Приготовление блюд из рыбы и нерыбного водного сырья для диетического и лечебно-профилактического питания

**Цель:** приобретение навыков оценки качества и расчета сырья, подбора оборудования и инвентаря, приготовления, оформления и подачи, оценки качества блюд из рыбы и нерыбного водного сырья в лечебном и лечебно-профилактическом питании

**Выполнив работу, Вы будете:**

*уметь:*

- готовить блюда из рыбы и нерыбного водного сырья;
- правильно оформлять и реализовывать блюда и кулинарные изделия к ним.

**Материальное обеспечение:**

1. Методические указания для лабораторных занятий;
2. Конспекты лекций по дисциплине: Диетическое питание
3. CD диски по дисциплине (Тема 3.5 Блюда из рыбы и нерыбного водного сырья)
4. Учебная аудитория, оснащенная мультимедийным оборудованием.
5. Нормативно-технические документы
6. Лаборатория, оснащенная оборудованием и инвентарем, посудой для приготовления и подачи.

**Задание:**

Приготовить блюда оформить и подать из рыбы.

**Порядок выполнения работы:**

1. Рассчитать сырье с учетом норм закладки;
2. Составить технологические карты на блюда;
3. Приготовить блюда;
4. Провести бракераж.

**Ход работы:**

1. Разделится на бригады.
2. Получить сырье. Провести оценку качества сырья (органолептически)
3. Повторить технологию приготовления блюд по технологическим картам.
4. Приготовить под руководством преподавателя блюда.
5. Оформить и подать

**Форма представления результата:**

Предоставление приготовленных блюд и проведение бракеража

**Критерии оценки:**

| Процент результативности (правильных ответов) | Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений |                      |
|---|---|----------------------|
|   | балл (отметка)  | вербальный аналог    |
| 90 ÷ 100                                      | 5   | отлично              |
| 80 ÷ 89                                       | 4   | хорошо               |
| 70 ÷ 79                                       | 3   | удовлетворительно    |
| менее 70                                      | 2   | не удовлетворительно |

Тема 2.5 Блюда из мяса и домашней птицы

**Лабораторная работа № 5**

Приготовление блюд из мяса и домашней птицы для диетического и лечебно-профилактического питания

**Цель:** приобретение навыков оценки качества и расчета сырья, подбора оборудования и инвентаря, приготовления, оформления и подачи, оценки качества блюд из мяса и домашней птицы в лечебном и лечебно-профилактическом питании

**Выполнив работу, Вы будете:**

*уметь:*

- готовить сложный ассортимент горячих блюд;
- правильно оформлять и реализовывать блюда.

**Материальное обеспечение:**

1. Методические указания для лабораторных занятий;
2. Конспекты лекций по дисциплине: Диетическое питание
3. CD диски по дисциплине (Тема 3.6 Блюда из мяса и птицы);
4. Учебная аудитория, оснащенная мультимедийным оборудованием.
5. Нормативно-технические документы
6. Лаборатория, оснащенная оборудованием и инвентарем, посудой для приготовления и подачи.

**Задание:**

Приготовить блюда оформить и подать.

### Порядок выполнения работы:

1. Рассчитать сырье с учетом норм закладки;
2. Составить технологические карты на блюда;
3. Приготовить блюда;
4. Провести бракераж.

### Ход работы:

1. Разделится на бригады.
2. Получить сырье. Провести оценку качества сырья (органолептически)
3. Повторить технологию приготовления блюд по технологическим картам.
4. Приготовить под руководством преподавателя блюда.
5. Оформить и подать

### Форма представления результата:

Предоставление приготовленных блюд и проведение бракеража.

### Критерии оценки:

| Процент результативности (правильных ответов) | Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений |                      |
|---|---|----------------------|
|   | балл (отметка)  | вербальный аналог    |
| 90 ÷ 100                                      | 5   | отлично              |
| 80 ÷ 89                                       | 4   | хорошо               |
| 70 ÷ 79                                       | 3   | удовлетворительно    |
| менее 70                                      | 2   | не удовлетворительно |

Тема 2.6 Блюда из яиц и творога

### Лабораторная работа № 6

Приготовление блюд из яиц и творога для диетического и лечебно-профилактического питания

Цель: приобретение навыков оценки качества и расчета сырья, подбора оборудования и инвентаря, приготовления, оформления и подачи, оценки качества блюд из яиц и творога в лечебном и лечебно-профилактическом питании

### **Выполнив работу, Вы будете:**

*уметь:*

- готовить сложный ассортимент горячих блюд;
- правильно оформлять и реализовывать блюда и кулинарные изделия к ним.

### **Материальное обеспечение:**

1. Методические указания для лабораторных занятий;
2. Конспекты лекций по дисциплине: Диетическое питание
3. CD диски по дисциплине (Блюда из яиц и творога);
4. Учебная аудитория, оснащенная мультимедийным оборудованием.
5. Нормативно-технические документы
6. Лаборатория, оснащенная оборудованием и инвентарем, посудой для приготовления и подачи.

### **Задание:**

Приготовить блюда оформить и подать.

### **Порядок выполнения работы:**

1. Рассчитать сырье с учетом норм закладки;
2. Составить технологические карты на блюда;
3. Приготовить блюда;
4. Провести бракераж.

### **Ход работы:**

1. Разделится на бригады.
2. Получить сырье. Провести оценку качества сырья (органолептически)
3. Повторить технологию приготовления блюд по технологическим картам.
4. Приготовить под руководством преподавателя блюда.
5. Оформить и подать

### **Форма представления результата:**

Предоставление приготовленных блюд и проведение бракеража.

### **Критерии оценки:**

|                                       |   |                   |
|---------------------------------------|---|-------------------|
| Процент результативности (правильных) | Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений |                   |
|                                       | балл (отметка)  | вербальный аналог |

|          |   |                      |
|----------|---|----------------------|
| ответов) |   |                      |
| 90 ÷ 100 | 5 | отлично              |
| 80 ÷ 89  | 4 | хорошо               |
| 70 ÷ 79  | 3 | удовлетворительно    |
| менее 70 | 2 | не удовлетворительно |

Тема 2.7 Сладкие блюда, напитки и кондитерская продукция  
Диетические блюда специального назначения

**Лабораторная работа № 7**

Приготовление сладких блюд и напитков для диетического и лечебно-профилактического питания

**Цель:** приобретение навыков оценки качества и расчета сырья, подбора оборудования и инвентаря, приготовления, оформления и подачи, оценки качества сладких блюд и напитков в лечебном и лечебно-профилактическом питании

**Выполнив работу, Вы будете:**

*уметь:*

- готовить сладкие блюда и напитки;
- правильно оформлять и реализовывать сладкие блюда и напитки.

**Материальное обеспечение:**

1. Методические указания для лабораторных занятий;
2. Конспекты лекций по дисциплине: Диетическое питание
3. CD диски по дисциплине (Сладкие блюда и напитки);
4. Учебная аудитория, оснащенная мультимедийным оборудованием.
5. Нормативно-технические документы
6. Лаборатория, оснащенная оборудованием и инвентарем, посудой для приготовления и подачи.

**Задание:**

Приготовить блюда оформить и подать.

**Порядок выполнения работы:**

1. Разделится на бригады.
2. Получить сырье. Провести оценку качества сырья (органолептически)
3. Повторить технологию приготовления блюд по технологическим картам.
4. Приготовить под руководством преподавателя блюда.



## 5. Оформить и подать

### Ход работы:

5. Разделится на бригады.
6. Получить сырье.
7. Повторить технологию приготовления блюд по технологическим картам.
8. Приготовить блюда под руководством преподавателя.
9. Оформить и подать

### Форма представления результата:

Предоставление приготовленных сладких блюд и напитков, проведение бракеража.

### Критерии оценки:

| Процент результативности (правильных ответов) | Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений |                      |
|---|---|----------------------|
|   | балл (отметка)  | вербальный аналог    |
| 90 ÷ 100                                      | 5   | отлично              |
| 80 ÷ 89                                       | 4   | хорошо               |
| 70 ÷ 79                                       | 3   | удовлетворительно    |
| менее 70                                      | 2   | не удовлетворительно |

## Лабораторная работа № 8

Приготовление кондитерских изделий для диетического и лечебно-профилактического питания

Цель: приобретение навыков оценки качества и расчета сырья, подбора оборудования и инвентаря, приготовления, оформления и подачи, оценки качества кондитерских изделий в лечебном и лечебно-профилактическом питании

### Выполнив работу, Вы будете:

*уметь:*

- готовить кондитерские изделия
- правильно оформлять и реализовывать кондитерские изделия

### Материальное обеспечение:

3. Методические указания для лабораторных занятий;
4. Конспекты лекций по дисциплине: Диетическое питание

3. CD диски по дисциплине (кондитерские изделия);
4. Учебная аудитория, оснащенная мультимедийным оборудованием.
5. Нормативно-технические документы
6. Лаборатория, оснащенная оборудованием и инвентарем, посудой для приготовления и подачи.

**Задание:**

Приготовить изделия оформить и подать.

**Порядок выполнения работы:**

10. Рассчитать сырье с учетом норм закладки;
11. Составить технологические карты на изделия;
12. Приготовить изделия;
13. Провести бракераж.

**Ход работы:**

1. Разделится на бригады.
2. Получить сырье. Провести оценку качества сырья (органолептически)
3. Повторить технологию приготовления блюд по технологическим картам.
4. Приготовить под руководством преподавателя блюда.
5. Оформить и подать

**Форма представления результата:**

Предоставление приготовленных кондитерских изделий, проведение бракеража.

**Критерии оценки:**

| Процент результативности (правильных ответов) | Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений |                      |
|---|---|----------------------|
|   | балл (отметка)  | вербальный аналог    |
| 90 ÷ 100                                      | 5   | отлично              |
| 80 ÷ 89                                       | 4   | хорошо               |
| 70 ÷ 79                                       | 3   | удовлетворительно    |
| менее 70                                      | 2   | не удовлетворительно |

