

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



**Методические указания
по подготовке к сдаче
демонстрационного экзамена
для обучающихся
специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело**

Магнитогорск, 2021

ОДОБРЕНО:

Предметно-цикловой комиссией

Экономика, земельно-имущественные отношения и
сфера обслуживания

Председатель *Александр Николаевич В.?*

Протокол № 6 от «14» 02 2021 г.

Методической комиссией

Протокол № 3 от 24.02.21 г

Составители:

Преподаватель профессионального цикла Авдеев Ирина Владимировна

Преподаватель профессионального цикла Ильина Марина Александровна

Методические указания разработаны на основе ФГОС СПО по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.12.2016 г. № 1565, оценочных материалов для проведения демонстрационного экзамена 43.02.15 Поварское и кондитерское дело.

Методические указания содержат общие положения по проведению демонстрационного экзамена, в полном объеме изложены рекомендации по выполнению заданий демонстрационного экзамена.

СОДЕРЖАНИЕ

1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	4
2 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К ДЕМОНСТРАЦИОННОМУ ЭКЗАМЕНУ	17
3 ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	20

1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Демонстрационный экзамен направлен на определение уровня освоения выпускником материала, предусмотренного образовательной программой, и степени сформированности профессиональных умений и навыков путем проведения независимой экспертной оценки выполненных выпускником практических заданий в условиях реальных или смоделированных производственных процессов.

Демонстрационный экзамен направлен на контроль освоения следующих основных видов деятельности и соответствующих им общих и профессиональных компетенций:

Вид деятельности (вид профессиональной деятельности)	Перечень оцениваемых ОК, ПК	Перечень оцениваемых умений, навыков (практического опыта)
<i>ИНВАРИАНТНАЯ ЧАСТЬ КОД</i>		
Организация и ведение процессов приготовления, оформления и подготовки к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания	ОК: Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам	Умение: составлять план действия
	ПК: Организовывать подготовку рабочих мест, оборудования, сырья, материалов для приготовления горячих блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента в соответствии с инструкциями и регламентами	Умение: выполнять и контролировать подготовку рабочих мест, оборудования, сырья, материалов для приготовления горячих блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента в соответствии с инструкциями и регламентами
		Умение: составлять заявку и обеспечивать

		<p>получение продуктов для производства горячих блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента с учетом потребности и имеющихся условий хранения</p>
		<p>Умение: объяснять правила и демонстрировать приемы безопасной эксплуатации, контролировать выбор и рациональное размещение на рабочем месте производственного инвентаря и технологического оборудования посуды, сырья, материалов в соответствии с видом работ требованиями инструкций, регламентов, стандартов чистоты</p>
		<p>Умение: контролировать соблюдение правил техники безопасности, пожарной безопасности, охраны труда на рабочем месте</p>
		<p>Навык: выполнения подготовки рабочих мест к безопасной работе и эксплуатации</p>

		<p>технологического оборудования, производственного инвентаря, инструментов, весоизмерительных приборов, сырья и материалов в соответствии с инструкциями и регламентами</p>
		<p>Навык: осуществления контроля качества и расхода сырья, материалов, продуктов с учетом технологий ресурсосбережения и безопасности упаковки и хранения горячих блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента</p>
	<p>ПК: Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд из мяса, домашней птицы, дичи, кролика сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и</p>	<p>Умение: организовывать приготовление, готовить горячие блюда из мяса, домашней птицы, дичи, кролика сложного ассортимента в соответствии с рецептурой, с учетом особенностей заказа, способа подачи, требований к качеству и безопасности готовой продукции</p>

	форм обслуживания	<p>Умение: выполнять и контролировать приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд из мяса, домашней птицы, дичи, кролика сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания</p>
		<p>Умение: определять степень готовности, доводить до вкуса, оценивать качество органолептическим способом горячих блюд из мяса, домашней птицы, дичи, кролика сложного ассортимента</p>
		<p>Навык: выполнения приготовления, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд из мяса, домашней птицы, дичи, кролика сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания</p>
	<p>ПК: Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к</p>	<p>Умение: организовывать приготовление, горячих блюд и гарниров из овощей, круп, бобовых,</p>

	реализации горячих блюд и гарниров из овощей, круп, бобовых, макаронных изделий сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания	макаронных изделий сложного ассортимента в соответствии с рецептурой, с учетом особенностей заказа, способа подачи, требований к качеству и безопасности готовой продукции
	ПК: Осуществлять приготовление, непродолжительное хранение горячих соусов сложного ассортимента	Умение: выполнять и контролировать процессы приготовления, творческого оформления и подготовки к презентации и реализации соусов сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания
Организация и ведение процессов приготовления, оформления хлебобулочных, мучных кондитерских изделий сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм	ПК: Организовывать подготовку рабочих мест, оборудования, сырья, материалов для приготовления хлебобулочных, мучных кондитерских изделий разнообразного ассортимента в соответствии с	Умения: выполнять и контролировать подготовку рабочих мест, оборудования, сырья, материалов для приготовления хлебобулочных, мучных кондитерских изделий разнообразного ассортимента в соответствии с инструкциями и регламентами

обслуживания	инструкциями и регламентами	Умения: объяснять правила и демонстрировать приемы безопасной эксплуатации производственного инвентаря и технологического оборудования
		Умения: контролировать своевременность текущей уборки рабочих мест в соответствии с инструкциями и регламентами, стандартами чистоты
		Умения: контролировать соблюдение правил техники безопасности, пожарной безопасности, охраны труда на рабочем месте
	ПК: Осуществлять приготовление, хранение отделочных полуфабрикатов для хлебобулочных, мучных кондитерских изделий	Умения: выполнения приготовления и хранения отделочных полуфабрикатов для хлебобулочных, мучных кондитерских изделий
	ПК: Осуществлять приготовление, творческое оформление, подготовку к реализации пирожных и тортов сложного	Умения: выполнять и контролировать приготовление, творческое оформление, подготовку к реализации пирожных и тортов сложного

	ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания	ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания
		Умение: определять степень готовности мучных кондитерских изделий сложного ассортимента
		Умение: владеть техниками, контролировать применение техник, приемов замеса различных видов теста, формования мучных кондитерских изделий вручную и с помощью средств малой механизации, выпечки, отделки, сервировки готовых изделий
		Умение: порционировать (комплектовать), сервировать и презентовать мучные кондитерские изделия с учетом требований по безопасности готовой продукции

		Умение: контролировать выход мучных кондитерских изделий сложного ассортимента при их порционировании
Организация и контроль текущей деятельности подчиненного персонала	ПК Осуществлять разработку ассортимента кулинарной и кондитерской продукции, различных видов меню с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания	Умение: разрабатывать, презентовать различные виды меню с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания
		Умение: составлять калькуляцию стоимости готовой продукции
		Умение: рассчитывать энергетическую ценность блюд, кулинарных и кондитерских изделий, напитков

Для проведения демонстрационного экзамена составляется расписание экзамена и консультаций.

Демонстрационный экзамен по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело проводится на профильном уровне.

Демонстрационный экзамен профильного уровня проводится по решению образовательной организации на основании заявлений выпускников на основе требований к результатам освоения образовательных программ среднего профессионального образования, установленных в соответствии с ФГОС СПО.

Комплект оценочной документации включает комплекс требований для проведения демонстрационного экзамена, перечень оборудования и

оснащения, расходных материалов, средств обучения и воспитания, план застройки площадки демонстрационного экзамена, требования к составу экспертных групп, инструкции по технике безопасности, а также образцы заданий.

Задание демонстрационного экзамена включает комплексную практическую задачу, моделирующую профессиональную деятельность и выполняемую в режиме реального времени.

5.2 Типовое задание для демонстрационного экзамена профильного уровня

5.2.1 Структура и содержание типового задания

Демонстрационный экзамен профильного уровня проводится с использованием единых оценочных материалов, включающих в себя конкретные комплекты оценочной документации (КОД), варианты заданий и критерии оценивания, разрабатываемых оператором. Комплект оценочной документации приведен в
<https://bom.firpo.ru/file/public/77872/%D0%9A%D0%9E%D0%94%2043.02.15-1-2025%20%D0%A2%D0%BE%D0%BC%201.pdf>.

Задание состоит из количество модулей:

Модуль 1. Организация и ведение процессов приготовления, оформления и подготовки к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания

Задание модуля 1:

Приготовить три порции горячего блюда из птицы (курица) на выбор участника:

- минимум два гарнира;
- один должен содержать крупу;
- второй должен содержать овощ. Вид нарезки и тепловой обработки овоща, определяется в подготовительный день.
- один горячий соус
- оформление блюда на усмотрение участника

Модуль 2. Организация и ведение процессов приготовления, оформления и подготовки к реализации хлебобулочных, мучных кондитерских изделий сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания

Задание модуля 2:

Приготовить 10 штук пирожного Шу с кракелином, заварным кремом

и фруктово-ягодной начинкой:

- обязательный компонент кракелин;
- заварной крем на выбор участника;
- вид фруктово-ягодной начинки определяется в подготовительный

день;

-декоративный элемент из изомальта (карамели) или шоколада;

Модуль 3. Организация и контроль текущей деятельности подчиненного персонала

Задание модуля 3:

Задание 1: Расчет пищевой и энергетической ценности блюд. Используя предоставленные технологические карты (технологические карты предоставляются в подготовительный день в варианте задания) рассчитайте пищевую и энергетическую ценность заданных блюд: * Калорийность (ккал) *

Содержание белков (г) *

Содержание жиров (г) *

Содержание углеводов (г)

Задание 2: Используя предоставленные технологические карты (технологические карты предоставляются в подготовительный день в варианте задания) рассчитайте калькуляцию блюд. Примерная стоимость сырьевого набора предоставляется в подготовительный день в варианте задания.

5.2.2 Оснащение рабочего места для проведения демонстрационного экзамена по типовому заданию

Материально-техническая база соответствует инфраструктурному листу КОД 43.02.15-1-2025 Специалист по поварскому и кондитерскому делу.

5.3 Критерии оценки выполнения задания демонстрационного экзамена

Процедура оценивания результатов выполнения заданий демонстрационного экзамена осуществляется членами экспертной группы по 100-балльной системе в соответствии с требованиями комплекта оценочной документации.

Распределение баллов по критериям оценивания демонстрационного экзамена профильного уровня представлена в таблице.

№ п/п	Модуль задания (вид деятельности, вид)	Критерий оценивания	Баллы
--------------	---	----------------------------	--------------

	профессиональной деятельности)		
1	Организация и ведение процессов приготовления, оформления и подготовки к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания	Выбор способов решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам	2,00
		Организация подготовки рабочих мест, оборудования, сырья, материалов для приготовления горячих блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента в соответствии с инструкциями и регламентами	12,00
		Осуществление приготовления, творческое оформление и подготовка к реализации горячих блюд из мяса, домашней птицы, дичи, кролика сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания	8,00
		Осуществление приготовления, творческого оформления и подготовка к реализации горячих гарниров из овощей, круп, бобовых, макаронных изделий сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания	2,00
		Осуществление приготовления, непродолжительного хранения горячих соусов сложного ассортимента	2,00
2	Организация и ведение процессов	Организация подготовки рабочих мест, оборудования,	8,00

	приготовления, оформления и подготовки к реализации хлебобулочных, мучных кондитерских изделий сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания	сырья, материалов для приготовления хлебобулочных, мучных кондитерских изделий разнообразного ассортимента в соответствии с инструкциями и регламентами	
		Осуществление приготовления, хранения отделочных полуфабрикатов для хлебобулочных, мучных кондитерских изделий	2,00
		Осуществление приготовления, творческого оформления, подготовки к реализации пирожных и тортов сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания	14,00
3	Организация и контроль текущей деятельности подчиненного персонала	Осуществление разработки ассортимента кулинарной и кондитерской продукции, различных видов меню с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания	30,00
		Итого	80,00

Необходимо осуществить перевод количества баллов в оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно». Перевод полученного количества баллов в оценки осуществляется государственной экзаменационной комиссией с обязательным присутствием главного эксперта.

Перевод баллов в оценку может быть осуществлен на основе таблицы:

Оценка ГИА	«2»	«3»	«4»	«5»
Отношение полученного количества	0,00 - 19,99%	20,00 - 39,99%	40,00 - 69,99%	70,00 - 100,00%

баллов к максимально возможному (в процентах)				
---	--	--	--	--

Баллы выставляются в протоколе проведения демонстрационного экзамена, который подписывается каждым членом экспертной группы и утверждается главным экспертом после завершения экзамена для экзаменационной группы.

При выставлении баллов присутствует член ГЭК, не входящий в экспертную группу, присутствие других лиц запрещено.

Подписанный членами экспертной группы и утвержденный главным экспертом протокол проведения демонстрационного экзамена далее передается в ГЭК для выставления оценок по итогам ГИА.

Оригинал протокола проведения демонстрационного экзамена передается на хранение в образовательную организацию в составе архивных документов.

Статус победителя, призера чемпионатов профессионального мастерства, проведенных Агентством (Союзом «Агентство развития профессиональных сообществ и рабочих кадров «Молодые профессионалы (Ворлдскиллс Россия)») либо международной организацией «WorldSkills International», в том числе «WorldSkills Europe» и «WorldSkills Asia», и участника национальной сборной России по профессиональному мастерству по стандартам «Ворлдскиллс» выпускника по профилю осваиваемой образовательной программы среднего профессионального образования засчитывается в качестве оценки «отлично» по демонстрационному экзамену в рамках проведения ГИА по данной образовательной программе среднего профессионального образования.

2 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К ДЕМОНСТРАЦИОННОМУ ЭКЗАМЕНУ

Задание ДЭ представляет собой сочетание модулей в зависимости от вида аттестации и уровня ДЭ. Продолжительность выполнения каждого модуля задания представлена в таблице

Номер и наименование модуля задания	Продолжительность выполнения модуля задания
Модуль № 1: Организация и ведение процессов приготовления, оформления и подготовки к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания	1 ч. 30 мин.
Модуль № 2: Организация и ведение процессов приготовления, оформления и подготовки к реализации хлебобулочных, мучных кондитерских изделий сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания	1 ч. 30 мин.
Модуль № 3: Организация и контроль текущей деятельности подчиненного персонала	00 ч. 30 мин.

Список ингредиентов, необходимых для всех модулей задания, необходимо за две недели до начала ДЭ предоставить организаторам. Участникам предоставляется 15 минут до начала выполнения задания для организации рабочего места и 15 минут после выполнения задания для уборки. Работа с ингредиентами и их кулинарная обработка в это время не допускается.

Участнику ДЭ необходимо предоставить ГЭ меню, при написании меню участник должен прописать все элементы блюда. Подача блюд осуществляется согласно плану (графику) проведения ДЭ, который составляется ГЭ в зависимости от уровня ДЭ и доводится до студентов в подготовительный день.

Организационные требования:

Технический эксперт под подпись знакомит главного эксперта, членов экспертной группы, обучающихся с требованиями охраны труда и безопасности производства.

Все участники ДЭ должны соблюдать установленные требования по охране труда и производственной безопасности, выполнять указания технического эксперта по соблюдению указанных требований

Модуль 1 Организация и ведение процессов приготовления, оформления и подготовки к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок сложного ассортимента с учетом потребностей

различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания

Текст задания:

Приготовить три порции горячего блюда из птицы (курица) на выбор участника:

- минимум два гарнира;
- один должен содержать крупу;
- второй должен содержать овощ.

Вид нарезки и тепловой обработки овоща, определяется в подготовительный день.

- один горячий соус.
- оформление блюда на усмотрение участника.

Особенности подачи:

- температура подачи блюда от 35 С и выше (измеряется по борту тарелки);
- масса блюда минимум 180 г.;
- 3 порции горячего блюда подаются на тарелках – круглая белая плоская, диаметром 30–32 см.;
- соус должен быть сервирован на каждой тарелке;
- сервисное окно открывается в определенное для подачи время, согласно графику составленному ГЭ и закрывается через 5 минут после подачи.

Используйте продукты из списка расходных материалов. Необходимые приложения: нет

Модуль 2 Организация и ведение процессов приготовления, оформления и подготовки к реализации хлебобулочных, мучных кондитерских изделий сложного ассортимента с учетом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания

Текст задания:

Приготовить 10 штук пирожного Шу с кракелином, заварным кремом и фруктово-ягодной начинкой:

- обязательный компонент кракелин;
- заварной крем на выбор участника;
- вид фруктово-ягодной начинки определяется в подготовительный день;
- декоративный элемент из изомальта (карамели) или шоколада;

Особенности подачи:

- количество пирожных 10 шт подаются на двух тарелках – круглая белая плоская, диаметром 30 – 32 см по 5 штук на каждой.
- масса одного пирожного 45 грамм (погрешность 5 грамм);
- температура подачи блюда 1-14 С;
- сервисное окно открывается в определенное для подачи время, согласно графику составленному ГЭ и закрывается через 5 минут после подачи.

Используйте продукты из списка расходных материалов.

Модуль 3 Организация и контроль текущей деятельности подчиненного персонала

Текст задания:

Задание 1: Расчет пищевой и энергетической ценности блюд. Используя предоставленные технологические карты (технологические карты

предоставляются в подготовительный день в варианте задания) рассчитайте пищевую и энергетическую ценность заданных блюд: * Калорийность (ккал) *

Содержание белков (г) *

Содержание жиров (г) *

Содержание углеводов (г)

Задание 2: Используя предоставленные технологические карты (технологические карты предоставляются в подготовительный день в варианте задания) рассчитайте калькуляцию блюд.

Примерная стоимость сырьевого набора предоставляется в подготовительный день в варианте задания.

Необходимые приложения А: Таблицы пищевой ценности продуктов.

Необходимые приложения Б: Бланк калькуляционной карты. Необходимые приложения: Технологические карты блюд выдаются участникам ДЭ в день экзамена.

3 ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Основные источники:

1. Васюкова, А. Т. Технология продукции общественного питания : учебник / А. Т. Васюкова, А. А. Славянский, Д. А. Куликов. - 4-е изд. - Москва : Дашков и К, 2023. - 496 с. - ISBN 978-5-394-05206-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/2084678> . – Режим доступа: по подписке.
2. Курочкин, А. А. Технологическое оборудование производства хлеба, кондитерских и макаронных изделий : учебник / А.А. Курочкин. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 353 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/1832088. - ISBN 978-5-16-017231-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1832088> . – Режим доступа: по подписке.
3. Технология продукции общественного питания : учебник / под ред. А. С. Ратушного. - 6-е изд. - Москва : Дашков и К, 2023. - 336 с. - ISBN 978-5-394-05225-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/2084679>. – Режим доступа: по подписке.

Дополнительная литература

1. Технология продукции общественного питания [Электронный ресурс]: Практикум: учебное пособие/под ред. Канд. Наук Л.П. Липатовой.- 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 374 с. ISBN 978-5-16-015459— Режим доступа: <https://znanium.com/read?id=369787>
2. Гайворонский, К. Я. Технологическое оборудование предприятий общественного питания и торговли : учебник / К.Я. Гайворонский, Н.Г. Щеглов. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 469 с. — (Среднее профессиональное образование). — DOI 10.12737/1059379. - ISBN 978-5-16-017316-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2147288> . – Режим доступа: по подписке.

Периодические издания:

1. Пищевая промышленность - ISSN 0235-2489 <https://cyberleninka.ru/journal/n/pischevaya-promyshlennost?i=1032707>
2. Вестник индустрии питания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.pitportal.ru>

Интернет-ресурсы:

- www.creative-chef.ru - центр ресторанный партнерства "Креатив - шеф"
- www.chefexpert.ru - сайт программы для расчета калорийности блюд и составления технологической документации на блюда «Шеф – эксперт»
- www.facebook.com/groups/181323141993521 - группа "Креатив-шеф" на Facebook

- vk.com/club17537993 - шеф Эксперт "В Контакте"
- www.kuking.net – кулинарные рецепты
- www.cooking-book.ru – кулинарные рецепты
- www.kedem.ru – кулинарные рецепты блюд
- www.kulina.ru - рецепты
- www.millionmenu.ru - масса полезной и интересной

информации из мира еды.

Профессиональные видеоролики: <https://multiurok.ru/files/kulinarnyie-vidieoroliki.html>

Инструкция по технике безопасности

Инструкция разработана на основании Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

Общие требования по технике

безопасности и охране труда. Инструкция:

Настоящая инструкция по технике безопасности разработана в соответствии с Постановлениями Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 г №28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и от 28.01.2021г №2

«Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и 18 требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

К самостоятельному выполнению экзаменационных заданий допускаются участники:

- прошедшие инструктаж по технике безопасности и охране труда;
- имеющие навыки по эксплуатации технологического оборудования;
- не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Перед началом выполнения экзаменационных заданий и нахождения на территории, и в помещениях места проведения ДЭ, участник обязан четко соблюдать:

-инструкцию по технике безопасности;

-перед началом работы необходимо правильно надеть специальную одежду, убрать волосы под головной убор, застегнуть рукава, тщательно вымыть руки с мылом.

Запрещается закалывать спецодежду иголками, хранить в карманах булавки, стеклянные и острые предметы. Подготовить рабочее место:

-проверить устойчивость производственного стола, стеллажа, прочность крепления оборудования к фундаментам и подставкам; надежно установить (закрепить) передвижное (переносное) оборудование и инвентарь на рабочем столе;

-разместить запасы сырья, полуфабрикатов, инструмент, приспособления в соответствии с частотой использования и расходования; проверить наличие и исправность резинового коврика под ногами; наличие и исправность контрольно-измерительных приборов, влияющих на их показания; состояние полов (отсутствие выбоин, неровностей, скользкости, открытых трапов); отсутствие выбоин, трещин и других неровностей на рабочих поверхностях производственных столов; исправность применяемого инвентаря, приспособлений и инструмента.

Требования по технике безопасности и охране труда во время работы. Во время работы с ножом не допускается: использовать ножи с непручно закрепленными полотнами, с рукоятками, имеющими заусенцы, с затупившимися лезвиями; производить резкие движения; нарезать сырье и продукты на весу; проверять остроту лезвия рукой; оставлять нож во время перерыва в работе в обрабатываемом сырье или на столе без футляра; опираться на мусат при правке ножа. Править нож о мусат следует в стороне от других участников экзамена.

Требования по технике безопасности и охране труда в аварийных ситуациях:

-необходимо прекратить подачу продукта при наличии постороннего шума, внезапно возникшего при работе оборудования, появление запаха гари, прекращение подачи электроэнергии;

-при внезапном появлении на корпусе оборудования осязаемого электрического тока, необходимо немедленно выключить оборудование;

в случае возникновения у участника плохого самочувствия или получения травмы сообщить об этом Главному эксперту.

Приложение Б

Таблица калорийности продуктов

Таблица калорийности (энергетической ценности) и содержания белков, жиров и углеводов в 100 граммах съедобной части основных продуктов питания.

Хлебобулочные изделия, мука, крупы, бобовые

Продукты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия, ккал
Хлеб пшеничный из муки высшего сорта	7,5-7,6	0,8-2,9	49,2-51,4	235-262
Хлеб пшеничный из муки 1 сорта	7,6	0,9	49,7	226
Хлеб из ржано-пшеничной муки	6,8	1,2	46,4	215
Хлеб ржаной	4,7	0,7	49,8	214
Хлеб "Бородинский"	6,9	1,3	40,9	208
Хлеб зерновой (мука пшеничная в/с, зерно дробленое)	8,6	1,4	45,1	228
Хлеб цельнозерновой из смеси злаков	13,3	4,2	43,3	265
Хлебцы Dr.Körner "Семь злаков"	10	2	57	290
Хлебцы Dr.Körner "Бородинские"	11	3	52	280
Хлебцы Dr.Körner "Гречневые" с витаминами	11,6	3	52,4	283
Хлебцы Dr.Körner "Рисовые" с витаминами	6	1	69	310
Сдоба	7,4-8	2,2-16,8	52,9-74,4	269-450
Сухари из пшеничной муки	11,2	1,4	72,4	331
Мука пшеничная из твердых сортов в/с	10,8	1,3	69,9	334

Мука пшеничная в/с	10,3	1,1	70,6	334
Мука пшеничная 1 сорта	10,6	1,3	69	330
Мука пшеничная 2 сорта	11,6	1,8	64,8	322
Мука пшеничная обойная	11,5	2,2	61,5	312
Мука ржаная сеяная	6,9	1,4	66,3	305
Мука ржаная обдирная	8,9	1,7	61,8	298
Мука ржаная обойная	10,7	1,9	58,5	294
Макаронные изделия из муки твердых сортов в/с	11	1,3	70,5	338

Макаронные изделия из муки твердых сортов в/с, <i>вареные</i>	3,6	0,4	20	98
Макаронные изделия в/с	10,4	1,1	69,7	337
Макаронные изделия в/с, <i>вареные</i>	3,5	0,4	23,2	112
Крупа гречневая ядрица	12,6	3,3	57,1	308
Гречка <i>вареная</i>	4,1	1	18,5	100
Гречневый продел	9,5	2,3	60,4	300
Гречка зеленая ("Мистраль")	13,4	3	68	328
Рис белый шлифованный	7	1	74	333
Рис белый шлифованный <i>вареный</i>	2,3	0,2	28,7	130
Рис длиннозерный нешлифованный	7,5	2	73	340
Рис нешлифованный <i>вареный</i>	2,5	0,9	23	112
Рис красный нешлифованный	7,5	3	68	330
Рис дикий черный (цицания водная)	14,7	1,1	68,7	357
Рис дикий черный <i>вареный</i>	4	0,3	19,5	101
Пшено	11,5	3,3	66,5	342
Пшено <i>вареное</i>	3,5	1,1	23,6	119
Крупа овсяная	12,3	6,1	59,5	342
Овсяные хлопья	12,3	6,2	61,8	352
Каша из овсяных хлопьев на воде	3	1,7	15	88

Каша из овсяных хлопьев на молоке	3,2	4,1	14,2	102
Голокно овсяное	12,5	6	64,9	363
Перловая крупа	9,3	1,1	66,9	315
Перловая крупа <i>вареная</i>	3,1	0,4	22,2	109
Ячневая крупа	10	1,3	65,4	313
Ячневая крупа <i>вареная</i>	2,3	0,3	15,7	76
Крупа пшеничная "Полтавская"	11,5	1,3	67,9	329
Крупа пшеничная "Полтавская" <i>вареная</i>	2,5-2,9	0,3	14,5-15,5	71-79
Кукуруза, зерно продовольственное	10,3	4,9	60	325
Кукурузная крупа	8,3	1,2	71	328
Манная крупа	10,3	1	70,6	333
Манная каша на воде	2,5	0,2	16,8	80
Манная каша на молоке	3	3,2	15,3	98
Горох зерно	20,5	2	49,5	298

Горох целый шлифованный	22	2	57	330
Горох колотый	23	1,6	48,1	299
Горох <i>вареный</i>	8,3	0,4	21	118
Горошек зеленый свежий	5	0,2	8,3	55
Маш	23,9	1,2	62,6	347
Маш <i>вареный</i>	7	0,4	19,2	105
Нут	20,5	4,3	63	360
Нут <i>вареный</i>	8,9	2,6	27,4	164
Соя зерно	36,7	17,8	17,3	364
Соевые бобы	36,4	19,9	30,1	446
Соевые бобы <i>вареные</i>	16,6	8,9	9,9	173
Фасоль обыкновенная красная, все виды	23,5	0,8	60	333
Фасоль красная <i>вареная</i>	8,7	0,5	22,8	127
Фасоль стручковая	2,5	0,3	3	23

Фасоль белая консервированная	6,7	0	6,3	119
Чечевица	24,6	1,1	63,4	352
Чечевица <i>вареная</i>	9	0,4	20,1	116
Чечевица красная	21,6	1,1	48	314
Чечевица красная колотая персидская ("Мистраль")	24,7	1,2	62,5	328
Амарант крупа	13,6	7	58,6	371
Амарант <i>вареный</i>	3,8	1,6	16,6	102
Киноа крупа	14,1	6,1	57,2	368
Киноа <i>вареная</i>	4,4	1,9	18,5	120

Молочные продукты

Продукты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия, ккал
Молоко коровье нежирное	3	0,05	4,9	32
Молоко 1,5% жирности	3	1,5	4,8	45
Молоко 2,5%	2,9	2,5	4,8	54
Молоко 3,2%	2,9	3,2	4,7	60
Сливки 10%	2,7	10	4,4	119
Сливки 20%	2,5	20	4	205
Творог нежирный	22	0,6	3,3	110

Творог 5%	21	5	3	145
Творог 9%	18	9	3	169
Творог 18%	15	18	2,8	236
Сметана 10%	2,7	10	3,9	119
Сметана 20%	2,5	20	3,4	206
Сметана 30%	2,3	30	3,1	293
Кефир нежирный	3	0,05	4	31
Кефир 1%	3	1	4	40
Кефир 2,5%	2,9	2,5	4	53
Кефир 3,2%	2,9	3,2	4	59

Брынза из коровьего молока	22,1	19,2	0,4	262
Сыр "Адыгейский"	19,8	19,8	1,5	264
Сыр "Гауда"	25	27	2	356
Сыр "Голландский" брусковый	26	26,8	-	352
Сыр "Голландский" круглый	23,7	30,4	-	375
Сыр "Ламбер"	23,7	30,5	-	377
Сыр "Ламбер" сливочный	23,7	32,5	-	395
Сыр "Маасдам"	23,5	26	-	350
Сыр моцарелла из цельного молока	22,2	22,3	2,2	300
Сыр "Пармезан"	37,8	27,3	3,4	415
Сыр "Российский"	23,2	29,5	-	364
Сыр рикотта из цельного молока	11,3	13	3	174
Сулугуни	20,5	22	0,4	286
Сыр "Тильзитер"	24,4	26	1,9	340
Сыр "Фета"	14,2	21,3	4	264
Сыр "Эдам"	25	27,8	1,4	357
Сыр плавленый	16,8	11,2	23,8	257
Сыр "Viola"	11	28	2	305
Йогурт "Активиа" разных видов	3,8-4,5	2,9-3,5	14-15,8	97-107
Йогурт греческий	5-7	3,2-6	3,5-4,2	66-100
"Actimel" разных видов	2,7-2,9	15-1,6	10,5-12	71-75

Мясные продукты, птица

Продукты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия, ккал
Говядина I категории	18,6	16	-	218

Говядина 2 категории	20	9,8	-	168
Говядина, вырезка	22,2	7,1	-	158
Телятина 1 категории	19,7	2	-	97
Свинина жирная	11,7	49,3	-	491

Свинина мясная	14,3	33,3	-	357
Свинина, вырезка	19,4	7,1	-	142
Баранина 1 категории	15,6	16,3	-	209
Баранина 2 категории	19,8	9,6	-	166
Конина	20,2	7	-	187
Язык говяжий	16	12,1	2,2	173
Язык свиной	15,9	16	2,1	208
Печень говяжья	17,9	3,7	5,3	127
Печень свиная	18,8	3,8	4,7	109
Сердце говяжье	16	3,5	2	96
Почки говяжьи	15,2	2,8	1,9	86
Вымя	12,3	13,7	-	173
Бройлеры (цыплята) 1 кат.	18,7	16,1	-	220
Бройлеры (цыплята) 2 кат.	19,7	11,2	-	180
Курица 1 кат.	18,2	18,4	-	238
Курица 2 кат.	21,2	8,2	-	159
Куриная грудка	23,6	1,9	-	113
Куриные окорочка	16,8	10,2	-	158
Куриная печень	19,1	6,3	0,6	136
Куриное сердце	15,8	10,3	0,8	159
Индейка	19,5	22	-	276
Индейка, грудка	23,6	1,5	-	114
Индейка, фарш	20	8	0,5	161
Гусь домашний, мясо и кожа	15,2-15,8	33,6-39	-	371-412
Гусь домашний, мясо	22,7	7,1	-	161
Перепел, мясо и кожа	19,6	12	-	192
Утка домашняя, мясо и кожа	15,8	38	-	405
Утка дикая, мясо и кожа	17,4	15,2	-	211

Утка дикая, мясо	19,8	4,3	-	123
Страусиное мясо	21,8	2,3	-	114
Фазан, мясо и кожа	22,7	9,3	-	181
Фазан, грудка	24,3	3,2	-	133

Кролик	21,2	11	-	183
Кабан	21,5	3,3	-	122
Лось	23	1,5	-	111
Оленина	19,5	8,5	-	155

Колбасные изделия, мясные консервы

Продукты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия, ккал
Колбаса вареная "Диетическая"	12,1	13,5	-	170
"Докторская"	12,8	22,2	1,5	257
"Любительская"	12,2	28	0,1	301
"Молочная"	11,7	22,8	0,2	252
"Московская"	11,5	21,8	2	250
>> "Русская"	11,5	27,9	1,7	302
Колбаса варено-копченая "Московская"	19,1	36,6	0,2	406
>> "Сервелат"	16,1	40,1	-	425
Колбаса полукопченая "Краковская"	16,2	44,6	-	466
Колбаса полукопченая "Одесская"	14,8	38,1	0,3	402
Колбаса сырокопченая "Брауншвейгская"	27,7	42,2	0,2	491
Колбаса сырокопченая "Московская"	24,8	41,5	-	473
Колбаса сырокопченая свиная	13	57	0,2	566
Колбаса сырокопченая "Зернистая"	9,9	62,8	0,3	606
Колбаса ливерная	14,4	28,5	2,2	326
Грудинка сырокопченая	8,9	63,3	-	605
Корейка сырокопченая	10,5	47,4	-	469
Ветчина рубленая	16,3	20,7	1,8	263

Сосиски "Молочные"	11	23,9	0,4	261
>> говяжьи	10,4	20,1	0,8	226
>> свиные	9,5	34,3	-	342
>> куриные	10,8	22,4	4,2	259
Сардельки говяжьи	11,4	18,2	1,3	215
>> свиные	10,1	31,6	1,8	322
Шпикачки	10	33	-	337

Говядина тушеная консервированная	16,8	17	0,2	220
Свинина тушеная консервированная	14,9	32,2	0,2	349

Рыба и морепродукты

Продукты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия, ккал
Аргентина	17,6	2	-	88
Амур белый	18,6	5,3	-	134
Бычок	17,5	2	-	88
Вобла	18	2,8	-	95
Горбуша	20,5	6,5	-	140
Дорадо	18	3	-	96
Зубатка пестрая	19,6	5,3	-	126
Кальмар	18	2,2	2	100
Камбала дальневосточная	15,7	3	-	90
Карась	17,7	1,8	-	87
Карп	16	5,3	-	112
Кета	19	5,6	-	127
Кефаль	21	0,4	-	124
Кижуч	21,6	5,9	-	146
Килька балтийская	14,1	9	-	137
Килька каспийская	18,5	13,1	-	192
Китовое мясо	22,5	3,2	-	119

Краб камчатский, мясо	18,2	1	-	82
Креветки	17-22	0,6-1,6	-	80-97
Лангуст	18,8	1,3	0,5	89
Лангуст <i>вареный</i>	20,5	0,7	0,3	90
Ледяная рыба	15,5	1,4	-	75
Лемонема	15,9	0,4	-	67
Лещ	17,1	4,1	-	105
Лобстер	18,8	0,9	0,5	90
Лосось атлантический (семга)	20	8,1	-	153

Лосось	19,8	6,3	-	142
Макрурус	13,2	0,8	-	60
Мидии	11,5	2	3,3	77
Минтай	15,9	0,9	-	72
Мойва весенняя	13,1	7,1	-	116
Мойва осенняя	13,6	18,1	-	217
Молоки рыб	16	2,9	-	90
Морской гребешок	17	2	3	92
Навага	19,2	1,6	-	91
Налим	18,8	0,6	-	81
Нерка красная	20,3	8,4	-	157
Окунь морской	18,2	3,3	-	103
Окунь речной	18,5	0,9	-	82
Омар	18,8	1,3	0,5	89
Омар <i>вареный</i>	20,5	0,7	0,3	90
Осётр каспийский	16,4	10,9	-	164
Осётр	15,8	15,4	-	202
Палтус белокорый	18,9	3	-	103
Пангасиус	15,3	3	-	89

Пикша	17,2	0,5	-	73
Плотва	17,5	2	-	88
Пугассу	18,5	0,9	-	82
Рак речной	15,5	1	1,2	76
Рак речной <i>вареный</i>	20,3	1,3	1	97
Рапана	16,7	1,1	-	77
Сазан	18,2	2,7	-	97
Сельдь атлантическая нежирная	19,1	6,5	-	135
Сельдь атлантическая жирная	17,7	19,5	-	248
Сельдь тихоокеанская нежирная	18	7	-	135
Сельдь тихоокеанская жирная	14	15	-	191
Семга	21,6	6	-	140
Семга брюшки	25	24	-	310
Скумбрия атлантическая	18	13,2	-	191
Скумбрия	18,7	11,9	-	181
Сом	17,2	5,1	-	115
Ставрида океаническая	18,5	4,5	-	114
Стерлядь	17	6,1	-	122

Судак	18,4	1,1	-	84
Герпуг	17,8	3,4	-	102
Тилапия	20,1	1,7	-	96
Греска атлантическая	17,8	0,7	-	82
Греска тихоокеанская	15,3	0,4	-	69
Гунец голубой	23,3	4,9	-	144
Гунец желтоперый (желтохвостый)	24,4	0,5	-	109
Гунец полосатый	22	1		103
Устрица	9	2	4,5	72

Форель	19,2	2,1	-	97
Форель морская	20,5	4,3	-	157
Хек	16,6	2,2	-	86
Щука	18,4	1,1	-	84
Язык морской	10,3	5,2	-	88
Язь	18,2	1	-	81

Рыба соленая, копченая, вяленая, икра

Вобла вяленая	46,4	5,5	-	235
Горбуша горячего копчения	23,2	7,6	-	161
Горбуша соленая	22,1	9	-	169
Кальмары сушеные	62	2	5	286
Кета соленая	24,3	9,6	-	184
Килька балтийская горячего копчения	21,3	8,5	-	162
Килька балтийская соленая	17,1	7,6	-	137
Килькапряного посола	14,8	10,5	-	154
Крабовые палочки	6,2-7	0,38-0,7	10-16,2	70-95
Икра красная лососевая	32	15	-	263
Икра минтая пробойная	27,9	1,8	1,1	132
Икра мойвы "Санта Бремор"	8,1-9,3	36,9-38,6	-	365-382
Икра сельди	31,6	10,3	-	222
Икра черная осетровая зернистая	28,4	9,3	0,6	200
Икра осетровая паюсная	38,2	14,5	1,5	289
Икра щуцья	17,3	2	-	87
Лосось соленый	21	20,5	-	269
Лещ вяленый	42	5,9	-	221
Лещ горячего копчения	32,8	4,5	-	172
Лещ холодного копчения	29,7	4,6	-	160

Масляная рыба копченая	18	12	-	180
------------------------	----	----	---	-----

Мойва копченая	18	22	-	270
Окунь морской горячего копчения	23,5	8	-	166
Осетр холодного копчения, балык	20,4	12,5	-	194
Салака копченая	25,4	5,6	-	152
Сельдь горячего копчения	21,8	14,3	-	215
Сельдь атлантическая среднесоленая	17	8,5	-	145
Сельдь тихоокеанская среднесоленая	17,4	17,1	-	224
Сельдь соленая	19,8	15,4	-	217
Семга соленая потрошенная с головой	22,5	12,5	-	202
Семга копченая	22,5	12,5	-	202
Скумбрия горячего копчения	22,1	23,8	-	307
Скумбрия холодного копчения	23,4	6,4	-	150
Форель копченая	26	3,1	0,5	132
Форель слабосоленая	20,6	10,1	-	186
Форель слабосоленая жирная	23	15	-	227
Хамса соленая	21,2	9	-	166

Консервы рыбные

Бычки в томатном соусе	17,5	2	-	88
Горбуша натуральная	20,9	5,8	-	136
Горбуша в томатном соусе	15	6	4,1	130
Кальмары	15-15,5	1-1,4	1,7-3,1	76-92
Килька в томатном соусе	14	12	4,5	182
Крабы	18,7	1,1	0,1	85
Лосось	20,6	6,3	-	144
Мидии	17,5	2	-	88
Морская капуста	0,8	5,1	-	49
Печень минтая	6	50	-	474
Печень трески	4,2	65,7	1,2	613

Сайра бланшированная в масле	18,3	23,3	-	283
------------------------------	------	------	---	-----

Сардины с добавлением масла	19	18	-	238
Сардины в масле	24,1	13,9	-	221
Сардины в томатном соусе	17	9,9	1,4	162
Сельдь	17,5	2	-	88
Сельдь в растительном масле	16,4	26,5	-	301
Скумбрия натуральная	17,7	14,4	-	200
Скумбрия в масле	14,4	28,9	-	318
Ставрида в масле	15,6	27,4	-	309
Ставрида в томатном соусе	14,8	2,3	73	110
Тунец натуральный	22,5	0,7	-	96
Тунец в масле	22	15,9	-	232
Шпроты в масле	17,4	32,4	0,4	363
Шпротный паштет	12	14	5,3	195

Яйцепродукты

Продукты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия, ккал
Яйцо куриное	12,7	10,9	0,7	157
Белок	11,1	-	-	44
Желток	16,2	31,2	1	354
Яйцо куриное отварное	12,7	11,5	0,7	157
Яйцо куриное жареное без масла	14,6	12,6	0,8	174

Яйцо перепелиное	11,9	13,1	0,6	168
Яйцо гусиное	13,9	13,3	1,4	185
Яйцо утиное	13,3	14,5	0,1	185
Яйцо страусиное	12,2	11,7	0,7	118
Меланж	12,7	11,5	0,7	157
Яичный порошок	46	37,3	4,5	542

Масла, жиры и жировые продукты

Продукты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия, ккал
Масло сливочное	0,5-1	78-82,5	0,7-0,9	709-748
Масло сливочное "Валио"	0,7	82	0,7	740
Масло топленое	0,2	99	-	892
Масло шоколадное	1,5	62	18,6	642
Масло оливковое	-	99,8	-	898
Масло подсолнечное	-	99,9	-	899
Маргарин	0,3-0,5	82-82,5	0,5-1	743-746
Спред	-	40	-	360
Майонез	1,4-3,1	47-72	2,6-3,9	450-665
Майонез легкий	0,3-1,4	8-30	1,9-6,5	110-300
Жир говяжий, свиной, бараний топленые	-	99,7	-	897
Жир кулинарный, кондитерский	-	99,7	-	897

Жир рыбий	-	100	-	902
Сало	2,4	89	-	797
Шпик	1,4	92,8	-	841

Овощи, картофель, зелень, грибы, овощные консервы

Продукты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия, ккал
Артишок	1,2	0,1	6	28
Бasilik	2,5	0,6	4,3	27
Бasilik сушеный	23	4,1	10,1	223
Баклажаны	1,2	0,1	4,5	24
Батат (сладкий картофель)	1,6	0,05	17,1	86
Батат <i>отварной</i> без кожуры	1,4	0,14	15,2	76
Брюква	1,2	0,1	7,7	37
Горчица листовая	2,9	0,4	1,5	27
Дайкон	1,2	-	4,1	21
Имбирь, корень сырой	1,8	0,75	15,8	80

Кабачки	0,6	0,3	4,6	24
Капуста белокочанная	1,8	0,1	4,7	28
Капуста квашеная	1,8	0,1	3	23
Капуста <i>вареная</i>	1,4	0,1	4,2	24
Капуста брокколи	2,8	0,37	6,6	34

Капуста брокколи <i>вареная</i>	2,38	0,4	7,18	35
Капуста брокколи <i>замороженная, вареная</i>	3,1	0,12	5,35	28
Капуста брюссельская	3,4	0,3	8,9	43
Капуста брюссельская <i>замороженная, вареная</i>	3,6	0,4	8,3	42
Капуста кольраби	2,8	0,1	7,9	44
Капуста краснокочанная	0,8	0,2	5,1	26
Капуста пекинская	1,2	0,2	2	16
Капуста савойская	1,2	0,1	5,6	28
Капуста цветная	2,5	0,3	4,2	30
Капуста листовая кале (<i>кейл, Kale</i>)	2,8	0,6	6,6	42
Капуста листовая коллардс(<i>Collards</i>)	3	0,6	1,4	32
Картофель	2	0,4	16,3	77
Картофель <i>отварной</i>	2	0,4	15,8	75
Кресс-салат	2,3	0,1	0,8	11
Кукуруза сырая	3,3	1,35	16,7	86
Лук зеленый	1,3	0,1	3,2	20
Лук репчатый	1,4	0,2	8,2	41
Лук репчатый красный	1,4	0,1	9,1	42
Лук порей	2	0,2	6,3	36
Мангольд	1,8	0,2	2,1	19

Морковь	1,3	0,1	6,9	35
Морковь <i>отварная</i>	1,3	0,1	6,4	33
Огурцы грунтовые	0,8	0,1	2,5	14

Огурцы тепличные	0,7	0,1	1,9	11
Огурцы соленые	0,8	0,1	1,7	13
Пастернак корень	1,4	0,5	9,2	47
Патиссон	0,6	0,1	4,1	19
Перец сладкий	1,3	0,1	4,9	26
Петрушка зелень	3,7	0,4	7,6	49
Петрушка корень	1,5	0,6	10,1	51
Помидоры грунтовые	1,1	0,2	3,8	24
Помидоры тепличные	0,9	0,1	2,9	17
Помидоры черри	0,8	0,1	2,8	15
Помидоры соленые	0,5	0,1	1,6-2,1	10-11
Редис	1,2	0,1	3,4	20
Редька зеленая	2	0,2	5,6	32
Редька черная	1,9	0,2	6,7	36
Репка	1,5	0,1	6,2	32
Розмарин свежий	3,3	5,9	17,6	131
Руккола	2,6	0,7	2,1	25

Салат листовой	1,5	0,2	2	16
Свекла	1,5	0,1	8,8	42
Свекла <i>отварная</i>	1,8	0,1	9,8	48
Сельдерей зелень	0,9	0,1	2,1	13
Сельдерей корень	1,3	0,3	6,5	37
Спаржа	1,9	0,1	3,1	21
Тимьян свежий	5,6	1,7	15,9	101
Топинамбур	2,1	0,1	12,8	61
Тыква	1	0,1	4,4	23
Тыква отварная	1,2	0,1	4,9	26
Укроп	2,5	0,5	6,3	40

Хрен	3,2	0,4	10,5	59
Цукини	1,2	0,2	2,7	17
Чеснок	6,5	0,5	29,9	149
<u>Шпинат</u>	2,9	0,3	2	23
Щавель	1,5	0,3	2,9	22
Водоросли вакаме (ундария перистая) сырые	3	0,64	9,3	45
Ламинария (морская капуста) сырая	1,7	0,56	8,9	43
Ламинария (морская капуста) сушеная	31,5	21,8	38,1	476
Спирулина сушеная	57,5	7,72	23,4	290

Перец черный молотый	10,4	3,3	38,7	251
Тмин	19,8	14,6	11,9	333
Горчица столовая	9,9	5,3	12,7	143
Грибы				
Грибы белые свежие	3,7	1,7	1,1	34
Грибы белые сушеные	30,3	14,3	9	286
Вешенки свежие	2,5	0,3	6,5	3,8
Грузди свежие	1,8	0,5	0,8	16
Лисички	1,5	1	1	19
Опята	2,2	1,2	0,5	22
Подберезовики	2,1	0,8	1,2	20
Подберезовики сушеные	23,5	9,2	14,3	231
Подосиновики	3,3	0,5	1,2	22
Подосиновики сушеные	35,4	5,4	33,2	315
Сморчки	1,7	0,3	4,2	27
Сыроежки	1,7	0,7	1,5	19
Шампиньоны	4,3	1	0,1	27
Овощные консервы				
Икра баклажанная	1,7	13,3	5,1	148
Икра кабачковая	1,2-2	7-9	7,4-8,6	97-122

Горошек зеленый	3,1	0,2	6,5	40
Кукуруза сладкая	2-3,9	0-1,3	11-22,7	64-120
Огурцы маринованные	0,8	-	1,3	16
Помидоры маринованные	0,5	0,1	2,1	10
Свекла	0,9-1,2	0-0,1	5,4-7,1	31-32

Фрукты, ягоды, бахчевые

Продукты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия, ккал
Арбуз	0,6	0,1	5,8	27
Абрикосы	0,9	0,1	9	44
Авокадо	2	14,6	8,5	160
Айва	0,6	0,5	9,6	48
Алыча	0,2	0,1	7,9	34
Ананас	0,4	0,2	11,5	52
Апельсины	0,9	0,2	8,1	43
Банан	1,5	0,5	21	96
Виноград	0,6	0,6	15,4	72
Вишня	0,8	0,2	10,6	52
Гранат	0,7	0,6	14,5	72
Грейпфрут	0,7	0,2	6,5	35
Груша	0,4	0,3	10,3	47

Дуриан	1,5	5,3	23,3	147
Дыня	0,6	0,3	7,4	35
Инжир свежий	0,7	0,2	12	54
Киви	0,8	0,4	8,1	47
Кумкват	1,9	0,9	13,4	71
Лимон	0,9	0,1	3	34
Личи	0,8	0,4	15,2	66

Манго	0,8	0,4	13,4	60
Мандарины	0,8	0,2	7,5	38
Маракуйя	2,4	0,4	13,4	68
Нектарин	1,1	0,3	9	44
Папайя	0,5	0,26	9,1	43
Персик	0,9	0,1	9,5	45
Помело	0,8	0,04	8,6	38
Слива	0,8	0,3	9,6	49
Терн	1,5	0,3	9,4	54
Фейхоа	0,7	0,4	8,8	61
Хурма	0,5	0,4	15,3	67
Черешня	1,1	0,4	10,6	52
Яблоки	0,4	0,4	9,8	47

Брусника	0,7	0,5	8,2	46
Голубика	1	0,5	6,6	39
Ежевика	1,5	0,5	4,4	34
Клубника	0,8	0,4	7,5	41
Клюква	0,5	0,2	3,7	28
Крыжовник	0,7	0,2	9,1	45
Малина	0,8	0,5	8,3	46
Морошка	0,8	0,9	7,4	40
Облепиха	1,2	5,4	5,7	82
Смородина белая	0,5	0,2	8	42
Смородина красная	0,6	0,2	7,7	43
Смородина черная	1	0,4	7,3	44
Черника	1,1	0,6	7,6	44
Шиповник свежий	1,6	0,7	22,4	109
Шиповник сухой	3,4	1,4	48,3	284

Орехи, семена, сухофрукты

Продукты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия, ккал
Арахис	26,3	45,2	9,9	552
Арахис жареный	26	52	13,4	626
Бразильский орех	14,3	67,1	4,2	659

Фисташки сырые	20,2	45,3	16,6	560
Фисташки жареные	21,1	45,8	17,3	569
Фундук (лещина окультуренная)	15	61,5	9,4	651

Фундук жареный	17,8	66,1	9,4	703
Бананы сушеные	3,9	1,8	78,4	346
Вишня сушеная	1,5	-	73	290
Груша сушеная	2,3	0,6	62,6	270
Дыня сушеная	0,7	0,1	82,2	341
Изюм	2,5	0,54	67,7	296
Изюм кишмиш	2,3	0,5	65,8	281
Инжир сушеный	3,1	0,8	57,9	257
Курага	5,2	0,3	51	232
Персик сушеный	3	0,4	57,7	254
Урюк	5	0,4	53	242
Финики	2,5	0,5	69,2	292
Чернослив (слива сушеная)	2,3	0,7	57,5	256
Яблоки сушеные	2,2	0,1	59	253

Сахар, сладкое и кондитерские изделия

Продукты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия, ккал
----------	----------	---------	-------------	---------------

Сахар-песок	-	-	99,8	399
Сахар-рафинад	-	-	99,9	400
Сахар тростниковый	-	-	99,7	394
Варенье вишневое	-	-	64	256
Варенье клубничное	0,3	-	74	282
Варенье малиновое	0,6	-	70,4	270
Варенье сливовое	0,7	-	74,6	283
Варенье черничное	0,4	-	51,6	211
Варенье из	0,6	-	72,9	282
Варенье яблочное	0,4	-	68,7	260
Вафли	3,2-5,5	2,8-30	52-80	342-540
Галеты	11	1,5	75	360

Зефир	0,7-1	0-0,1	78,3-80,5	299-311
Зефир в шоколаде	2	10	70	365
Какао-порошок	24,3	15	10,2	289
Карамель	0-0,8	0-1	91,2-96,5	371-384
Кекс с изюмом	6,4	17,6	53,6	384
Козинак из	14,8	42,6	34,5	576
Конфеты "Белочка"	8,8	33,1	53,4	538
Конфеты "Коровка"	2,7	4,4	82,4	351

Крахмал картофельный	0,1	следы	79,6	299
Круассаны	5,5-8	19,7-28,8	42-47	380-470
Мармелад	-	0,1	77,7	296
Мед натуральный	0,8	-	80,3	308
Молоко сгущенное с сахаром 8,5%, Беларусь	7,2	8,5	56	329
Мороженое молочное	3,2	3,5	21,3	126
Мороженое пломбир	3,2	15	20,8	227
Нуга	6-7	11-22	60-72	405-465
Пастила	0,5	следы	80,4	305
Печенье	7,4-10,4	5,2-10	75-76,8	376-415
Печенье овсяное	6,5	14,4	71,8	437
Пирожные	1-5	9,2-27,5	42-59	370-460
Повидло	0,1-0,6	0,1-0,5	57-74	215-285
Пряники Тульские	5,5-9	6,5-8,6	68-71,5	360-380
Рахат-лукум	0-0,8	0-0,7	79-82	310-320
Торт медовый	5,4-6	26-29	42-49	430-480
Торт "Наполеон"	5,9-6,4	33-42	23-39	410-560
Торт "Полет"	5,7	24,8	55,4	456
Торт "Прага"	4,6-7,2	24-26,5	42-65	410-520
Торт "Сказка"	4,3	17,1	46,9	351

Торт сметанно-ореховый	2,9	13,5	35,3	275
Халва подсолнечная	11,6	29,7	54	516
Чак-чак	8,6	1,9	77,9	363
Шоколадный	9,3	27,9	54,6	507
Шоколад горький	8	36	46,8	540
Шоколад молочный	6,9	35,7	54,4	550

Соки, напитки безалкогольные

Продукты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия, ккал
Абрикосовый сок	0,5-0,9	0-0,1	9-12,7	38-55
Ананасовый	0,3	0,1	11,4	48
Апельсиновый	0,7-0,9	0,1-0,2	8,1-13,2	36-60
Березовый	0,1	-	5,8	24
Виноградный	0,3	0-0,2	14-16,3	54-70
Гранатовый	0,3	0,1	14,2	56
Грейпфрутовый	0,3	0,1	6,5-7,9	29-38
Грушевый	0,4	-	11	45
Лаймовый, свежесжатый	0,4	0,1	8	25
Лимонный, свежесжатый	0,35	0,24	6,6	22
Манго сок	-	-	13,5	54
Мандариновый	0,8	-	8,1-9,8	35-45

Морковный	1,1	0,1	6,4-12,6	33-56
Персиковый	0,3	-	9,5-16,5	39-68
Томатный	1-1,1	0,1-0,2	2,9-3,8	18-21
Тыквенный	-	-	9	38
Яблочный	0,4-0,5	0,1	9,8-10,1	42-46
7ур	-	-	8,7	38
Квас "Очаковский"	-	-	5,5	30
Квас хлебный	0,2	-	5,2	27

Кока-кола	-	-	10,4	42
Кофе черный зерновой без сахара	0,2	0,5	0,3	7
Кофе с молоком и сахаром	0,7	1	11,2	58
Лимонад	-	-	6,4	26
Пепси	-	-	8,7	38
Пиво безалкогольное	-	-	4,1-6,1	22-33
Тоник	-	-	8,3	34
Фанта	-	-	11,7	48
Цикорий растворимый	0,1	-	2,8	11
Чай зеленый	-	-	-	-
Чай черный без сахара	0,1	-	-	-
Чай черный с сахаром	0,1	-	7	28
Чай черный с молоком и сахаром	0,7	0,8	8,2	43

Напитки алкогольные

Продукты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергия, ккал
Вермут Cinzano, Martini	-	-	14,5-18	138-155
Вина виноградные игристые	0-0,2	-	0,1-0,4	56-95

Вина виноградные полусухие белые и красные, в. т. ч. игристые	0,3	-	2,5	78
Вина виноградные полусладкие белые и красные, в. т. ч. игристые	0,2	-	5	88
Вина виноградные сладкие белые и красные, в.	0,2	-	8	100
Вина виноградные крепкие	0,4	-	12	163
Вина виноградные ликерные	0,5	-	30	212
Виски	-	-	0,4	235
Водка	-	-	0,4	235
Джин	-	-	-	230

Джин-тоник	-	-	6,7	78
Кагор	-	-	16	147
Коньяк	-	-	0,1	239
Ликер Amaretto	-	-	35	280
Ликер Baileys	3	13	25	327
Ликер "Куантро"	-	-	20	197
Ликер "Калуа"	0,6	0,7	41,7	291
Ликер "Малибу"	-	-	20	197
Пиво светлое легкое	0,3	-	4,6-5,5	42-46

Пиво темное легкое	0,3	-	5,7	48
Портвейн	0,4	-	12	163
Ром	-	-	-	220
Саке	0,5	-	5	134
Самогон	0,1	0,1	0,4	235
Спирт этиловый 96%	4	-	3,8	710
Текила	1,4	0,3	24	231
Чача	0,1	0,1	0,5	225

Приложение В

Калькуляционная карта на блюдо

Унифицированная форма № ОП-1Утверждена постановлением
Госкомстата

России от 25.12.1998 № 132

		Код
Организация	Форма по ОКУД	0330501
структурное подразделение	по ОКПО	-
наименование блюда	Вид деятельности по ОКДП	-
		-
	Номер блюда по сборнику рецептур, ТТК, СП	-
	Вид операции	-

КАЛЬКУЛЯЦИОННАЯ КАРТОЧКА	Номер документа	Дата составления

№ калькуляции, дата утверждения		№			
№ п/п	Продукты		От орма, кг.	цена, руб. коп.	сумма, руб. коп.
	наименование	код			
1		-			
2		-			
3		-			
4		-			
5		-			
6		-			
7		-			
8		-			
9		-			
10		-			

11		-			
12		-			
13		-			
14		-			

15		-			
Общая стоимость сырьевого набора на 1 блюдо					
Наценка _____%, руб.коп.					
Цена продажи блюда, руб.коп.					
Выход одного блюда в готовом виде, грамм					
Заведующий производством	подпись				
Калькуляцию составил					
УТВЕРЖДАЮ Руководитель организации					