**ПЛАН**

Введение. Характеристика отрасли общественного питания и перспективы развития

1. Товароведная характеристика основных видов сырья и санитарно-гигиенические требования к его хранению

2. Технология приготовления холодных блюд в марийской кухне

3. Характеристика оборудования, инвентаря. Инструментов, посуды. Правила эксплуатации и техника безопасности. Охрана труда

Список использованной литературы

**ВВЕДЕНИЕ. ХАРАКТЕРИСТИКА ОТРАСЛИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ**

Марийская национальная кухня формировалась веками. В дореволюционное время пища марийцев была весьма скудной, однообразной и малокалорийной. В последние десятилетия совершенствовалась технология приготовления, расширялся ассортимент используемых продуктов.

С ростом благосостояния повышался удельный вес ранее не производившихся и мало употреблявшихся ценных продуктов питания. Меню стало значительно богаче. Однако национальные особенности и обусловленное климатом предпочтение некоторым продуктам остаются. Распространены блюда из овсяной, ячменной, гречневой круп — каша с мясом, тыквенная каша, из картофеля и гороха — картофельные пельмени, картофельные оладьи. Широк ассортимент мучных и выпечных изделий с добавлением ягод, меда: трехслойные блины из ржаной и ячменной муки, овсяный кисель, колобок, караваец особый, пирог с клюквой.

Сравнительно недавно в марийской кухне стали широко применять свежие помидоры, редис, огурцы, зелень укропа, петрушки, базилика.

При изготовлении первых блюд используют говядину, свинину, баранину, рыбу, овощи, изделия из муки (лапшу, лашку), весной употребляют раннюю зелень (щавель, сарде), очень распространен квас для изготовления первого блюда и как напиток.

Среди вторых блюд традиционное место занимает отварная или жареная домашняя колбаса (сокта), отварная круглая колбаса (шырдан), подкоголь с различными начинками (мясом, творогом, картофелем, грибами), трехслойные блины (команмелна) .

Ассортимент холодных закусок и сладких блюд ограничен. В основном это соленья: грибы, капуста, огурцы, а на сладкое готовят бруснику с медом, бруснику с яблоками, медовый напиток.

Широко распространены блюда из яиц: их варят, запекают, используют для начинок, заправляют ими супы.

Немаловажное значение в питании марийцев имеет молоко и продукция из него: творожный напиток, сухие сырники (туара), сырники в масле.

В марийской кухне имеется часть блюд, близких по способу приготовления и вкусовым качествам к блюдам русских, татар и чувашей, но имеющих ряд особенностей в технологии и рецептуре.

Холодные блюда и закуски широко используются в меню праздничного стола. Готовят их из сырых и вареных овощей с добавлением мясных или рыбных продуктов, яиц.

Для острых и соленых закусочных блюд из марийской национальной кухни, наряду с овощами, можно использовать колбасные изделия, мясо, рыбу, копчености, консервы, готовые соленья, квашения и маринады.

Их нужно умело выбрать, придать привлекательный вид, заправить, дополнить гарниром, чтобы праздничный стол стал красивым и разнообразным,

Для салатов используют свежие яблоки. Например, свекла с яблоками и сметаной способствует правильному пищеварению. В качестве заправки применяют сметану, соус майонез, масло растительное. Все это повышает калорийность блюд.

Консервы в томате можно украсить зеленью петрушки, укропа или мелко нарезанным зеленым луком.

Маринованные и соленые грибы — аппетитная, вкусная закуска. Грибы выкладывают в салатник почти без рассола или маринада.

Эту закуску можно дополнительно заправить смесью уксуса, сахара и растительного масла, украсить тонко нарезанным репчатым и зеленым луком.

Немалое значение имеет оформление. Салаты и блюда украшают продуктами, входящими в их состав, для этого отбирают красивые, тонко и ровно нарезанные ломтики яблок, помидоров, огурцов, моркови, а также мяса, рыбы, дольки яйца и зелень. Все компоненты располагают по сочетанию цветов в виде различных узоров. Каждое блюдо можно считать xoрошо приготовленным лишь в том случае, если его вкусовые качества и внешний вид вызывают аппетит.

**1. ТОВАРОВЕДНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ СЫРЬЯ И САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ЕГО ХРАНЕНИЮ**

Морковь

Один из наиболее ценных корнеплодов. Содержат много легкоусвояемых сахаров, провитамина А – каротина и минеральных веществ. Они должны быть свежими неувядшими, без заболеваний, механических повреждений, не уродливыми по форме, с длиной оставшихся черешков не более 2 см. Морковь подразделяется на два товарных сорта: отборную и обыкновенную.

Упаковывают в ящики и мешки вместимостью не более 50 кг. Хранят в подвальных помещениях при температуре 0-100С и относительной влажности воздуха – 85-90%.

Картофель

Картофель содержит (в %): воды – 70-80, крахмала – 12-25, сахаров – 0,3-1,8, клетчатки – 0,2-1,3, азотистых веществ – 1,5-3, минеральных веществ – 0,5-2, жира – 0,1, витамины С (20 мг %), группы В, РР.

По назначению хозяйственно-ботанические сорта картофеля условно делят на столовые, универсальные, технические, кормовые. В зависимости от качества ранний картофель подразделяют на два товарных сорта: отборный и обыкновенный.

Допускаются на ПОП клубни с механическими повреждениями (в %): для отборного -2, обыкновенного – 10-5. Болезни картофеля бывают: парша, мокрая гниль, кольцевая гниль. Хранят в подвальных помещениях, склады оборудуют закромами, стеллажами.

Свекла.

В кулинарии используют столовую свеклу, корнеплоды которой отличаются красной мякотью с различными оттенками окраски, зависящей от содержания антоциана *бетанина.* Столовая свекла по сравнению с другими корнеплодами имеет более высокую пищевую ценность, Она содержит много сахаров (9 % сахарозы), минеральных веществ (солей калия, кальция, магния, фосфора, железа, и кобальта); витамины С, В„В„РР, Р и фолиевую кислоту.

Свекла обладает лечебными свойствами: улучшает работу кишечника, предупреждает атеросклероз и регулирует обмен веществ.

Лучшими кулинарными свойствами обладает свекла с темноокрашенной мякотью и небольшим количеством белых колец на разрезе, плоско-округлой формы и средних размеров. Лучшие хозяйственно-ботанические сорта свеклы: Бордо, Египетская плоская, Несравненная.

Свеклу используют для приготовления борщей, свекольников, винегретов, вторых горячих блюд. Красящие вещества свеклы используют как естественный краситель. Для сохранения цвета при тепловой обработке ее варят в целом виде в подкисленной воде. В пищу используют также листья молодой свеклы, содержащие значительное количество витамина С.

Редис

Самый ранний из овощей, имеет очень короткий вегетационный период (20 — 35 дней). Его используют в пищу только в сыром виде, Корнеплоды редиса имеют сочную нежную мякоть с особыми вкусом и запахом, зависящими от содержания гликозидов и эфирных масел. Редис является источником витамина С, минеральных веществ, особенно калия и железа.

Хозяйственно-ботанические сорта редиса отличаются по форме (круглый, овальный, длинный), окраске (белый, розовый, красный) и срокам созревания. Распространенными сортами редиса являются: .Розово-красный с белым кончиком, Ледяная сосулька, Сакса.

Сыры

Сыр — высокопитательный пищевой продукт, вырабатываемый свертыванием молока с последующей обработкой сгустка. В сырах содержится (в %): воды — 35,9 — 55, белков— 14,6 — 30, жиров — 9 — 32,2, минеральных веществ — 3,8 — 8. В сырах содержатся витамины А, D, Е, группы В*,* РР. Организм человека сыры усваивает почти полностью (на 98 — 99 %).

По способу свертывания молока сыры делятся на сычужные и кисломолочные. При производстве сычужных сыров молоко свертывается сычужным ферментом, кисломолочных сыров — молочной кислотой. Сычужные сыры условно делят на натуральные и переработанные. Натуральные сычужные сыры подразделяют на твердые, мягкие, сливочные и рассольные. К переработанным относят плавленые сыры различных групп.

По содержанию жира в сухом веществе различают сыры жирностью 45 и 50 %, есть сыры пониженной жирности— 20 и 30 %.

Сливочное масло

Сливочное масло содержит (в %): жира — 52— 82,5, белка — 0,6 — 5,1, лактозы — 0,6 — 1,8, золы — 0,3— 1,3,воды — 15 7 — 32,6, витамины А, D Е, группы В. Энергетическая ценность 100 г масла сливочного несоленого составляет 748 ккал, или 3130 кДж.

Получают сливочное масло сбиванием сливок или преобразованием высокожирных сливок.

Консервы в масле

Консервы в масле являются деликатесными, высокопитательными продуктами. По виду сырья и способу обработки они делятся на типы! шпроты, сардины, рыба копченая в масле, рыба обжаренная в масле, рыба бланшированная в масле.

Консервы типа шпрот готовят из балтийской кильки, салаки, хамсы, мелкой атлантической сельди и других рыб. Обезглавленные и предварительно подвергнутые горячему копчению рыбки укладывают в банки и заливают горячим рафинированным подсолнечным маслом или смесью масел, закатывают и стерилизуют.

Консервы типа сардин готовят из сардин тихоокеанских и атлантических, салаки, кильки и других мелких рыб. Разделанные тушки рыб подсаливают и подвергают тепловой обработке, подсушке горячим воздухом, обработке паром, пропеканию инфракрасными лучами или подвяливанию. Затем тушки укладывают в банки и заливают горячим оливковым, арахисовым или подсолнечным рафинированным маслом, укупоривают и стерилизуют.

Сардины имеют серебристую окраску, нежную консистенцию и аромат. Из всех консервов в масле они являются наиболее деликатесными.

Консервы Шпроты в масле и Сардины в масле по качеству делят на два сорта: шпроты высшего сорта и шпроты, сардины высшего сорта и сардины. Остальные консервы в масле на товарные сорта не делят.

Окорока

Окорока изготовляют из задних и передних частей туш беконной и мясной свинины. По термической обработке окорока бывают вареными, копчено-вареными, сырокопчеными. Окорока выпускают в следующем ассортименте: Воронежский, Сибирский, Советский, Московский, Тамбовский.

Ветчина

Ветчину в форме готовят из переднего или заднего окорока без костей и выпускают в вареном виде.

Буженина

Буженину готовят из задних окороков без костей и шкуры, а карбонад — из поясничной части и выпускают их в запеченном виде.

Хранят мясные копчености подвешенными на крючья в охлаждаемых помещениях, при температуре 4-60 С и относительной влажности воздуха 75-80% - 2 суток

**2. ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ХОЛОДНЫХ БЛЮД В МАРИЙСКОЙ КУХНЕ**

Бутерброды с сыром

Подготовленный сыр нарезают ломтиками толщиной 2-3 мм из расчета 1 ломтик на бутерброд. Хлеб намазывают маслом или сливочным маргарином и кладут ломтик сыра так, чтобы он полностью покрывал хлеб.

Бутерброды с колбасой

Подготовленную колбасу нарезают: толстые батоны колбасы – поперек по одному куску на бутерброд, тонкие – наискось по 2-3 куска. Хлеб предварительно намазывают маслом сливочным или маслом с горчицей.

Салат из свежих огурцов

Подготовленные свежие огурцы нарезают кружочками или ломтиками и укладывают в тарелку или салатник. При подаче поливают заправкой для салатов или сметаной, украшают листьями свежего салата, посыпают зеленью.

Салат из зеленого лука

Очищенный и промытый лук нарезают кусочками длиной 1 – 1.5 см, посыпают солью и поливают майонезом. Сверху можно положить дольки яиц.

Салат картофельный с кальмарами

Вареное филе кальмаров нарезают тонкими ломтиками, соединяют с овощным набором салата картофельного, заправляют майонезом или сметаной. Готовый салат выкладывают в салатник. Украшают помидорами, свежими листьями салата, дольками кальмаров, посыпают зеленью.

Винегрет овощной

Вареные свеклу, морковь, картофель и соленые огурцы нарезают ломтиками, лук репчатый – кольцами или полукольцами, зеленый лук – длиной 1-1,5 см. Квашеную капусту отжимают от рассола, а если она кислая, то промывают в холодной воде и измельчают. Все подготовленные овощи перемешивают, заправляют салатной заправкой или соусом-майонезом. Кладут винегрет в салатник, украшают листьями салата, посыпают зеленью.

Помидоры, фаршированные с мясным салатом

Для получения салата говядину, овощи, яйца нарезают мелкими ломтиками или кубиками и заправляют майонезом с добавлением соуса «Южный». Подготовленные для фарширования помидоры заполняют салатом, сверху украшают яйцом и посыпают мелко нарезанной зеленью. Также фаршируют помидоры рыбным салатом, яйцом и луком, грибами и т.д.

Шпроты, сардины с лимоном

Шпроты или сардины укладывают ровными рядами на десертную тарелку, поливают маслом от консервов, украшают кружочками лимонов, веточками зелени петрушки или листиками салата.

Паштет из печени

Шпик мелко нарезают и слегка обжаривают, добавляют мелко нарезанные морковь, лук и пассеруют до полуготовности, затем кладут нарезанную печень, посыпают солью, молотым перцем и обжаривают до готовности. Смесь охлаждают и дважды пропускают через мясорубку с частой решеткой, вливают молоко или бульон, прогревают. Масло сливочное размягчают, соединяют с массой. Готовый паштет формируют в виде батона, рулета квадрата, посыпают рублеными яйцами, мелко нарезанной зеленью. Паштет можно украсить взбитым сливочным маслом, соусом.

Требования к качеству холодных блюд. Сроки хранения

Бутерброды: продукты должны быть уложены ровным слоем по куску хлеба, иметь гладкую поверхность, вкус и запах, свойственные продуктам.

Салаты: овощи должны быть нарезаны в соответствии с формой для каждого вида салата, укладывают салаты горкой, зелень должна быть свежей, консистенция овощей упругая, вкус и запах, соответствующие продуктам. Огурцы свежие не допускаются перезрелые, с грубыми семенами и кожей.

Винегреты: овощи должны соответствовать форме нарезки, цвет светло-красный, вкус острый, соответствующий вареным овощам, соленым огурцам и квашеной капусте. Овощи должны быть проваренными, огурцы и капуста – твердыми и хрустящими.

Рыбные холодные блюда и закуски: рыба должна быть зачищена от костей и кожи, нарезана наискось широкими кусками, красиво украшена, иметь цвет, соответствующий виду рыбы, у заливной рыбы желе светло-желтое, прозрачное, вкус, соответствующий вкусу рыбы в зависимости от обработки.

Мясные холодные блюда: мясо и мясопродукты нарезаны поперек волокон наискось широкими лентами, цвет должен быть свойственным цвету продукта, вкус, соответствующий вкусу продуктов, консистенция упругая, плотная, эластичная.

У паштета формы разные, цвет от светлого до темного, вкус и запах, свойственные используемым продуктам, с ароматом специй. Консистенция мягкая, эластичная, без крупинок.

Холодные блюда и закуски относятся к скоропортящимся изделиям и подлежат реализации: студень, мясо заливное – 12 ч, паштет – 24 ч, мясо жареное – 48 ч, рыба жареная – 12, сельдь рубленая – 24 ч.

До реализации необходимо холодные блюда и закуски хранить при температуре 6-80 С.

**3. ХАРАКТЕРИСТИКА ОБОРУДОВАНИЯ, ИНВЕНТАРЯ. ИНСТРУМЕНТОВ, ПОСУДЫ. ПРАВИЛА ЭКСПЛУАТАЦИИ И ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ. ОХРАНА ТРУДА**

Использование технического оборудования снижает трудоемкость первичной обработки сырья, уменьшает процент отходов и т.д.

Внедрение механизированных линий комплектации и отпуска блюд позволяет улучшить и одновременно сократить время обслуживания потребителей.

*Плиты электрические ПЭ-0,17, ПЭ-0,51, ПЭ-0,51Ш*

Плиты предназначены для выполнения технологических процессов тепловой обработки полуфабрикатов (варки, припускания, пассерования, тушения, жарения) в функциональных емкостях.

*Универсальная малогабаритная машина ПУВР-0,4*

Она предназначена для механизации технологических процессов по обработке рыбы, мяса, овощей. Машина состоит из собственно привода и 2-х сменных механизмов. Привод состоит из одноступенчатого зубчатого редуктора, клиноременной передачи и электродвигателя.

*Машина МИВП, для тонкого измельчения вареных овощей*

Машина измельчает вареные овощи, крупы, отваренные и пропущенные через мясорубку, мясо, рыбу, печень, творог.

Измельчение производится между неподвижным статором и вращающимся ротором.

*Устройство УНЗ*

УНЗ предназначено для нарезки перьев лука и зелени. Оно состоит из рабочей камеры, крышки, комплекта ножей, блока транспортеров, электропривода, кожуха и кнопочной станции.

Для нарезки зелени на частицы различной длины УНЗ оснащен 3-мя ножами ( с 1-им, 2-мя, 4-мя лезвиями).

*Сковороды чугунные литые*

Предназначены для тепловой обработки продуктов. Сковороды выпускаются семи размеров с диаметром 168, 195, 224, 252, 320, 340 мм. Они изготовляются с одним или двумя сливами.

*Сковороды электрические СЭ-0,22, СЭ-0,45*

Сковороды предназначены для проведения технологических процессов жаренья, тушения и пассерования. Температура жарочной поверхности сковород поддерживается автоматически с помощью датчика – реле температуры с диапазоном регулирования от 100 до 3000.

Конструкцией предусмотрена световая сигнализация, свидетельствующая о включении электронагревателей и достижения верхнего заданного предела температуры подом чаши.

Сковороды имеют электропривод механизма опрокидывания.

*Котлы наплитные*

Котлы предназначены для варки пищи.

*Вкладыши к наплитным котлам*

Вкладыши предназначены для варки яиц и овощей в котлах

*Кастрюли*

Кастрюли – основной вид наплитной посуды, применяемый в ресторанах, на ПОП

ИНСТРУМЕНТЫ, ПОСУДА, ИНВЕНТАРЬ

*Посуда*

На ПОП применяется разнообразная посуда, которая классифицируется по следующим признакам: материалу, из которого она изготовлена, способу производства, функциональному назначению, сложности украшения и др.

В зависимости от применяемого материала посуда изготовляется: стеклянная, керамическая (гончарная, майоликовая, фарфорофаянсовая), металлическая (чаще алюминиевая, из нержавеющей стали), пластмассовая, деревянная.

По способу производства бывает: выдувная, литая, прессованная, штампованная, точеная, долблено-деревянная.

По функциональному назначению6 для хранения продуктов, для приготовления пищи (наплитная), для подачи пищи (настольная), для принятия пищи и напитков, вспомогательная или прочая (полоскательницы, пепельницы, ночные вазы).

*Салатники*

Они пригодны для подачи овощных блюд, маринадов, солений, свежих овощей, закусок, пищевого льда

*Подставки для яиц*

Предназначены для подачи вареных яиц при сервировке стола к завтраку

*Блюдо круглое*

Предназначено для подачи закусок, овощей, фруктовых десертов, а также фирменных и национальных блюд

*Блюдо для рыбы*

Предназначено для подачи рыбы и холодных рыбных закусок

*Менажницы*

Изделие предназначено для подачи горячих вторых блюд со сложным гарниром. Менажница представляет собой мелкую тарелку с перегородками. Изделие полируют.

*Металлические столовые приборы*

Металлические столовые приборы включают ножи, вилки, топор мясорубный.

*Инвентарь*

Инвентарь – это совокупность различных предметов хозяйственного обихода и производственного назначения.

По виду материала бывает: из древесины, из нержавеющей стали, из алюминия, из черных металлов, из пластмассовых и других материалов.

*Доска разделочная гастрономическая*

Предназначена для разделки, нарезки и обработки мяса. Рыбы, овощей и других продуктов. Доски выпускаются 3-х типов.

*Доска для нарезки лимонов*

Предназначена для резки лимонов, сочных овощей и фруктов

*Лоток для студня*

Предназначен для хранения транспортировки студня

*Салатный прибор*

Предназначен для смешивания и раскладки салатов

*Стул для разруба мяса*

Стул предназначен для разруба мясных туш и полутуш. Стулья для разруба мяса выпускаются прямоугольной и круглой формы.

*Вилка поварская*

Изделие предназначено для извлечения больших кусков мяса и мясопродуктов из наплитной кухонной посуды на ПОП.

*Крюк гастрономический вертлюг*

Предназначен для подвешивания мясных туш в холодильных шкафах.

*Лопатка для котлет*

Лопатка используется при отпуске котлет на предприятиях торговли и при их приготовлении на ПОП.

ОБЩИЕ ПРАВИЛА ЭКСПЛУАТАЦИИ И ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ РАБОТЕ НА МЕХАНИЧЕСКОМ ОБОРУДОВАНИИ

Перед началом работы повар обязан привести свое рабочее место в порядок, проверить безопасность работы:

* проверить холостой ход оборудования,
* проверить наличие и направленность ограждений,
* наличие и исправность электропроводки и заземления,
* наличие самостоятельного пускового устройства – рубильника, пакетного выключателя, магнитного пускателя,
* проверить исправность другого оборудования,
* проверить работу на холостом ходу.

Во время работы повар обязан:

* загружать машину следует только после ее пуска,
* не рекомендуется допускать перегрузки машины и недогрузки,
* максимально заполнить посудой рабочую поверхность электроплит,
* своевременно выключать электрогриль плит или переключать их на меньшую мощность,
* не допускать включения конфорок на максимальную и среднюю мощность без загрузки,
* не пользоваться котлами, кастрюлями с деформированным дном и краями, не прочно закрепленными ручками или без них,
* контролировать давление и температуру в аппаратах в пределах, указанных в инструкциях по эксплуатации,
* следить за наличием тяги в камере сгорания газового оборудования и показателями манометра при эксплуатации оборудования, работающего под давлением.

После окончания работы:

- машину выключают

- производят ее частичную разборку и очищают от остатков продуктов,

- затем тщательно промывают до полного удаления остатков продуктов,

- наружные поверхности машины протирают сначала влажной, а затем сухой тканью,

- промытые части машины просушивают, после чего смазывают пищевым несоленым жиром все ржавеющие детали и поверхности, соприкасающиеся с продуктами,

- один раз в неделю протирают сухой суконкой или фланелью до восстановления блеска,

- машину следует регулярно разбирать и осматривать для замены износившихся деталей,

- в нерабочее время машина должна быть отключена от электросети.

**СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Анфимова Н.А., Захарова Г.И., Татарская Л.Л. Килинария.

2. Гончарова В.Н., Голощалова Е.Я. Товароведение пищевых продуктов.

3. Ковалев Н.И., Сальникова Л.К. Технология приготовления пищи: Учеб для студентов, обуч. по спец. «Технология обществ. питания» - 3-е изд., перераб. – М.: Экономика, 1988. – 303 с.

4. Сопина Л.Н., Хозяева С.Г. Пособие для повара: учеб. Пособие для подготовки квалифицированных рабочих в кооп. Проф.-техн. Училищах и непосредственно на производстве. – М.: Экономика, 1985. – 240 с.

5. Новоженов Ю.М. Кулинарная характеристика блюд. – М.: Высшая школа, 1987. – 256 с.

6. Ключников В.П, Воронин В.В. Справочник: Торговый инвентарь и посуда.