

Управление образования Администрации Аксайского района
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр профориентации и сопровождения профессионального самоопределения
учащихся (молодежи) Аксайского района

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ЦП и СПСУ АР

Кракаускене О.П.

« ____ » _____ 20 ____ г

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа**
«Один Дома»
72 часа (1 год, 2 часа в неделю)
(для обучающихся 12-18 лет)

Под общей редакцией
Кракаускене Ольги Пантелеевны, к.п.н.
Автор-составитель:
Асташова Мария Сергеевна
Преподаватель:
Асташова Мария Сергеевна

СОГЛАСОВАНО
на методсовете

Протокол № 1
«29» августа 2019 г.

ПРИНЯТО
на педсовете

Протокол № 1
«30» августа 2019 г.

Аксай
2019-2020 уч.г.

Пояснительная записка

Данная рабочая программа технологической направленности является модифицированной и составлена на основе программы кружка «Домоводство» Уколовой Е.В., педагога дополнительного образования, 2014 г. Уровень программы – ознакомительный.

Основными задачами воспитания на современном этапе развития нашего общества являются: формирование у обучающихся гражданской ответственности и правового самосознания, духовности и культуры, инициативности, самостоятельности, способности к успешной социализации в обществе.

В процессе формирования личности, воспитание как целостное воздействие на человека играет определённую роль, так как именно посредством его в сознании и поведении детей формируются основные социальные, нравственные и культурные ценности, которыми руководствуется общество в своей жизнедеятельности. Поэтому от эффективности системы воспитания зависит, в конечном счёте, состояние общественного сознания и общественной жизни.

Многовековые традиции каждого народа базируются на традициях семьи и дома. Об этом свидетельствуют национальные эпосы, народные сказки, песни, пословицы, поговорки, загадки. «Строили» дом семейно, вместе и мужчины, и женщины, старики и дети. У каждого было свое дело: у одного — хлеб печь и рубашки шить, у другого — дрова рубить да воду носить.

Что необходимо для нормальной жизни каждому человеку? Очаг, добрая, здоровая, дружная семья. Значит, главное человеческое умение — создать семью, обустроить дом, уметь сообща вести хозяйство. Для создания крепкой семьи необходимо, чтобы люди, ее создающие, стремились стать рачительными хозяевами в своем доме. Несмотря на то, что эти понятия имеют, казалось бы, частный характер, все же в процессе воспитания подрастающего поколения они становятся важными для формирования общественно значимой личности. Реализация комплексного подхода к воспитанию нравственных свойств личности особенно актуальна в отношении детей и подростков с умственной недостаточностью, так как они являются полноправными членами общества и, как все граждане, имеют право на создание семьи, воспитание детей, право на личную и частную собственность.

Рабочая программа мастерской «Один дома» ориентирована на формирование социальной компетентности обучающегося, желающего овладеть навыками и совершенствовать свои умения самостоятельного приготовления пищи и ведения домашнего хозяйства.

Актуальность программы заключается в том, что при современном темпе жизни, когда в семье работающими все чаще оказываются оба родителя, у ребенка возникает необходимость в самообслуживании. Оставшись дома после занятий в школе, кружках и т.д., ребенок предоставлен сам себе и вынужден сталкиваться с бытовыми ситуациями, к которым он оказывается зачастую не готов. К таким ситуациям относятся необходимость приготовления обеда, уборка в доме, мелкий ремонт одежды, безопасность в быту и т.д. Освоение необходимых правил поведения, формирование навыков кулинарии и ведения домашнего хозяйства помогут ребенку найти правильный подход к любой ситуации в бытовых условиях, а также избежать травмоопасных моментов.

Рабочая образовательная программа дополнительного образования разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

– Федерального закона № 273 от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;

– Концепции развития дополнительного образования детей на период до 2020 года. (Распоряжение правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726 – р);

– Стратегии развития воспитания до 2025 г. (Распоряжение об утверждении от 29 мая 2015 г. № 996 – р);

– Устава МБУ ДО ЦПиСПСУ АР.

Цель - формирование социальной компетентности через формирование у учащихся знаний о самостоятельной жизни, их практическое обучение жизненно необходимым бытовым умениям и навыкам.

Задачи:

Образовательные:

- Сформировать знания о самостоятельной жизни;
- Обучить основам кулинарного искусства и здорового питания;
- Сформировать и расширить знания и навыки ведения домашнего хозяйства;
- Обучить правилам поведения и технике безопасности в быту.

Развивающие:

- развивать интерес к познанию, самостоятельность приобретения знаний в области домоводства;
- расширять кругозор учащихся с привлечением дополнительных источников информации;
- научить планировать, анализировать информацию, выделять главное;
- формировать навыки поиска и работы с различными информационными источниками;
- развивать познавательную самостоятельность и активность учащихся;
- развивать учебно-коммуникативные, практические умения, навыки самостоятельной работы;
- научить способам физического самосовершенствования, эмоциональной саморегуляции, самоподдержки и самоконтроля.

Воспитательные:

- повышать мотивацию обучающихся к внимательному, позитивному отношению к своему здоровью, здоровью окружающих, здоровому образу жизни;
- воспитывать трудолюбие, ответственность за результаты своей деятельности;
- научить способам самоопределения в ситуациях выбора на основе собственных позиций, умению принимать решения, брать на себя ответственность за их последствия;
- формировать профессиональные компетентности, моделирующие профессиональную среду, обеспечивающую раннее включение обучающихся в систему профессиональных отношений, погружение в профессиональную деятельность с принятием на себя ответственности за решаемые задачи с осознанием ценности результатов труда, их социального значения;
- научить определять своё место и роль в окружающем мире, семье, коллективе, государстве.

Программа рассчитана на обучающихся 12-18 лет, независимо от пола и уровня подготовки.

Срок реализации программы – 1 год. Форма организации занятия – групповая. Оптимальное количество детей в группе для успешного усвоения программы 2 – 12 человек. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа (72 часа в год).

Вид занятий определяется содержанием программы и предусматривает лекции, практические занятия, экскурсии, выставки.

Занятия могут проводиться в очной, очно-заочной, заочной и дистанционной формах.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса

Личностными результатами являются:

- проявление познавательных интересов и активности в данной области;
- развитие трудолюбия и ответственности за качество своей деятельности;
- овладение установками, нормами и правилами научной организации умственного и физического труда;
- становление самоопределения в выбранной сфере будущей профессиональной деятельности;
- развитие самостоятельности и личной ответственности в деятельности.
- бережное отношение к природным и хозяйственным ресурсам;
- готовность к рациональному ведению домашнего хозяйства;
- проявление технико-технологического и экономического мышления при организации своей деятельности.

Метапредметными результатами являются:

- алгоритмизированное планирование процесса познавательно-трудовой деятельности;
- определение адекватных имеющимся организационным и материально-техническим условиям способов решения учебной или трудовой задачи на основе заданных алгоритмов;
- комбинирование известных алгоритмов технического и технологического творчества в ситуациях, не предполагающих стандартного применения одного из них;
- проявление инновационного подхода к решению практических задач или технологического процесса;
- самостоятельная организация и выполнение различных творческих работ по созданию изделий;
- согласование и координация совместной познавательно-трудовой деятельности с другими ее участниками;
- объективное оценивание вклада своей познавательно-трудовой деятельности в решение общих задач коллектива;
- оценивание своей познавательно-трудовой деятельности с точки зрения нравственных, правовых норм, эстетических ценностей по принятым в обществе и коллективе требованиям и принципам;
- диагностика результатов познавательно-трудовой деятельности по принятым критериям и показателям;
- обоснование путей и средств устранения ошибок или разрешения противоречий в выполняемых технологических процессах;
- соблюдение норм и правил культуры труда в соответствии с технологической культурой производства;
- соблюдение норм и правил безопасности познавательно-трудовой деятельности и созидательного труда.

Предметными результатами освоения являются:

- знание способов механической обработки продуктов питания, историю приготовления пищи;
- правила использования инструментов, приспособлений и электрооборудования для приготовления пищи;
- способы тепловой обработки продуктов питания;
- технологический процесс изготовления блюд и способы повышения его питательной ценности;
- правила безопасности труда;

- навыки ведения домашнего хозяйства;
- правила поведения и техника безопасности в быту;
- основные правила этикета;
- знакомство с профессиями, связанными с приготовлением пищи.

Содержание рабочей программы

1. Раздел «Кулинария» (54 часа).

Вводное занятие. Курс «Один дома». Вводный инструктаж по т/б на занятиях по кулинарии. Гигиена приготовления пищи. О кулинарии. Немного истории. Известные кухни мира. Виды продуктов питания. Режим питания. Составление меню одного дня. Кухня. Оборудование кухни. Сервировка стола. Правила поведения за столом. Гигиена приготовления пищи. Хранение и обработка продуктов. Правила обращения с режущими предметами. Форма нарезки овощей и фруктов. Холодные блюда и закуски. Бутерброды. Блюда из овощей и фруктов. Салаты. Виды салатов. Первые блюда. Овощные блюда и гарниры. Изделия из круп и макарон. Блюда из рыбы. Блюда из мяса. Блюда из птицы. Блюда из яиц. Сладкие блюда. Напитки. Молочные блюда. Изделия из теста. Итоговое занятие.

2. Раздел «Домоводство» (18 часов).

Оказание первой помощи при несчастных случаях. Домашняя аптека. Личная гигиена. Уборка помещения. Одежда и обувь, уход за ними. Домашние животные и уход за ними. Комнатные растения и уход за ними. Прием гостей. Итоговое занятие.

Учебно-тематическое планирование

Наименование раздела или модуля	№ занятия	Тема	Форма организации занятия	Формы диагностики и контроля	Дата проведения
Кулинария	1	Вводное занятие. Курс «Один дома». Вводный инструктаж по т/б на занятиях по кулинарии. Гигиена приготовления пищи	Лекция-беседа	Тестирование	
	2-3	О кулинарии. Немного истории	Лекция-беседа	Промежуточный контроль (тестирование, выполнение практических работ)	
	4-5	Известные кухни мира	Лекция-беседа Творческое задание		
	6-7	Виды продуктов питания. Режим питания. Составление меню одного дня	Лекция-беседа Практическое занятие		
	8	Кухня. Оборудование кухни	Лекция-беседа		
	9	Сервировка стола. Правила поведения за столом	Лекция-беседа Практическое занятие		
	10	Гигиена приготовления пищи. Хранение и обработка продуктов	Лекция-беседа		
	11-12	Правила обращения с режущими предметами. Форма нарезки овощей и фруктов	Лекция-беседа Практическое занятие		
	13	Холодные блюда и закуски	Лекция-беседа		
	14-15	Бутерброды	Лекция-беседа Практическое занятие		
	16	Блюда из овощей и фруктов	Лекция-беседа Практическое занятие		
	17-18	Салаты. Виды салатов	Лекция-беседа Практическое занятие		
	19-20	Первые блюда	Лекция-беседа Практическое занятие		
	21-22	Овощные блюда и гарниры	Лекция-беседа Практическое занятие		
	23-24	Изделия из круп и макарон	Лекция-беседа Практическое занятие		
25-28	Блюда из рыбы	Лекция-беседа Практическое занятие			
29-34	Блюда из мяса	Лекция-беседа Практическое занятие			

	35-38	Блюда из птицы	Лекция-беседа Практическое занятие		
	39-40	Блюда из яиц	Лекция-беседа Практическое занятие		
	41-44	Сладкие блюда	Лекция-беседа Практическое занятие		
	45-46	Напитки	Лекция-беседа Практическое занятие		
	47-48	Молочные блюда	Лекция-беседа Практическое занятие		
	49-52	Изделия из теста	Лекция-беседа Практическое занятие		
	53-54	Итоговое занятие «Кулинарный поединок»			Итоговое тестирование, практическое задание – приготовление блюда на выбор
Домоводство	55-56	Оказание первой помощи при несчастных случаях	Лекция-беседа Практическое занятие	Промежуточный контроль (тестирование, выполнение практических работ)	
	57-58	Домашняя аптека	Лекция-беседа Практическое занятие		
	59	Личная гигиена	Лекция-беседа		
	60-61	Уборка помещения	Лекция-беседа Практическое занятие		
	62-65	Одежда и обувь, уход за ними	Лекция-беседа Практическое занятие		
	66-67	Домашние животные и уход за ними	Лекция-беседа Практическое занятие		
	68-69	Комнатные растения и уход за ними	Лекция-беседа Практическое занятие		
	70	Прием гостей	Лекция-беседа Практическое занятие		
	71-72	Итоговое занятие		Итоговое тестирование	

Список используемых источников

Для педагога:

1. Федеральный закона № 273 от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей на период до 2020 года. (Распоряжение правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726 – р).
3. Стратегия развития воспитания до 2025 г. (Распоряжение об утверждении от 29 мая 2015 г. № 996 – р).
4. Письмо № 115 от 01.03.2016 г. Министерства общего и профессионального образования Ростовской области.
5. Устав МБУ ДО ЦПиСПСУ АР.
6. Потапкин С.В., Маричева Ю.С. Настольная книга по домоводству. 1000 практических советов на все случаи жизни - М.: Центрполиграф, 2011.
7. Симоненко В.Д., Матяш Н.В. Технология: Учебник для 5 классов общеобразовательных учреждений – М.: «Вентана – Граф», 2013.
8. Симоненко В.Д., Матяш Н.В. Технология: Учебник для 8 классов общеобразовательных учреждений – М.: «Вентана – Граф», 1999.
9. Симоненко В.Д., Матяш Н.В. Технология: Учебник для 9 классов общеобразовательных учреждений – М.: «Вентана – Граф», 1999.
10. Строкова Л.В., Вкусные салаты и закуски для праздника – М.: РИПОЛ классик, 2007.

Для обучающихся:

1. Кухни народов мира - "Директ-Медиа" по заказу ЗАО "Издательский дом "Комсомольская правда", 2010-2011.
2. Махлис А. А., Сагайдачная А. Л., Карвинг. Декоративная резьба по овощам и фруктам - Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2013.
3. Потапкин С.В., Маричева Ю.С. Настольная книга по домоводству. 1000 практических советов на все случаи жизни - М.: Центрполиграф, 2011.
4. Строкова Л.В., Вкусные салаты и закуски для праздника – М.: РИПОЛ классик, 2007.

Оценочные материалы

Примерные тесты для входящей диагностики

Раздел «Кулинария»

1. Подберите принципы рационального питания:

- а) частый прием пищи;
- б) правильный режим питания;
- в) обильный прием пищи;
- г) умеренность в употреблении пищи;
- д) раздельное питание;
- е) разнообразное питание.

1. Распределите правильно последовательность первичной обработки овощей:

- а) нарезка;
- б) промывание;
- в) очищение;
- г) мытье;
- д) сортировка.

3. По способу приготовления яйца могут быть:

- а) всмятку;
- б) «в мешочек»;
- в) вкрутую;
- г) отбивные;
- д) глазунья;
- е) сырые.

4. По виду продукта бутерброды могут быть:

- а) рыбные; б) соленые; в) мясные;
- г) ажурные; д) гастрономические; е) горячие.

5. Каково главное требование к санитарному состоянию кухни?

- А) освещённость; Б) влажность; В) чистота.

6. Передавать нож (вилку) надо:

- А) ручкой вперёд; Б) лезвием вперёд.

7. К горячим напиткам относится:

- А) чай; Б) какао; В) компот.

8. Когда яйцо сварено "в мешочек", у него:

- А) крутые желток и белок; Б) жидкие желток и белок; В) жидкий желток, крутой белок.

9. В предмете «Технология» изучаются:

- а) технологии производства автомобилей;
- б) технологии создания медицинских инструментов;
- в) технологии создания самолетов и космических аппаратов;
- г) технологии преобразования материалов, энергии, информации

10. К столовым приборам относятся:

- а) кружка; б) нож; в) молочник;
- г) вилка; д) салатник; е) ложка.

11. Обозначьте цифрами последовательность приготовления винегрета:

- а) оформить и украсить;
- б) нарезать картофель;
- в) очистить овощи;
- г) нарезать лук;
- д) посолить;
- е) нарезать морковь;
- ж) перемешать овощи;
- з) добавить масло;

- и) нарезать огурцы;
- к) нарезать свеклу;
- л) повторно перемешать.

Примерные тесты для промежуточного контроля

Раздел «Кулинария»

Тема: бутерброды

Отметьте все правильные ответы (один или несколько).

1. Является ли бутербродом хлеб с маслом.
 - а) Да;
 - б) Нет.
2. Маленькие бутерброды размером 3х3 см называются...
 - а) Канопе;
 - б) гамбургер;
 - с) тарталетка.
3. Что такое тартинки?
 - а) горячий бутерброд;
 - б) закрытый бутерброд;
 - с) маленький бутерброд из поджаренного хлеба с поджаренными продуктами.

Ключи: 1- а); 2-а); 3- с).

Тема: напитки

Отметьте все правильные ответы (один или несколько).

1. Как называется тонизирующий ароматный напиток, обладающий высокими вкусовыми качествами. Он придает ощущение бодрости, улучшает пищеварение.
 - а) чай;
 - б) какао;
 - с) морс.
 2. Вода для чая должна быть вскипячена:
 - а) один раз до появления небольших пузырьков;
 - б) два раза;
 - с) подогрета остывшая.
 3. Для приготовления напитка какао , какао-порошок смешивают:
 - а) с сахаром и растирают
 - б) с молоком и размешивают
 - с) с горячей водой и размешивают
 - г) растирают с сахаром и добавляют горячую воду или молоко.
- Напишите последовательность приготовления чая с лимоном.
Ключи: 1- а); 2- а); 3- г).

Тема: блюда из овощей, салаты

Отметьте все правильные ответы (один или несколько).

1. холодное блюда, состоящее из одного или нескольких видов овощей, а также в сочетании с мясом, рыбой, яйцом и т.д.- это...
 - а) холодная закуска
 - б) салат
 - с) горячая закуска
 - д) второе блюда
2. Салатными заправками являются:
 - а) майонез; б) сметана; с) уксус; д) растительное масло;
3. Салат из свежих овощей оформляют:
 - а) зеленью,
 - б) майонезом
 - с) папильотками
 - д) фигурной нарезкой.

Установите правильную последовательность приготовления салата из свежих овощей заправка салата;

- а) выкладывание салата в салатницу и украшение;
- б) нарезка овощей, Овощи должны быть нарезаны одинаково;
- с) первичная обработка овощей.

Отметьте все правильные ответы (один или несколько).

1. Какой водой заливают овощи для варки

- а) Холодной;
- б) Горячей;
- с) Теплой;

2. Отметь оптимальные правила хранения, обработки и приготовления овощей с целью сохранения в них витаминов и полезных питательных веществ:

- а) Овощи следует хранить при температуре +1...+3 С, квашенные и соленые овощи – в рассоле;
- б) Для того чтобы сохранить овощи, их необходимо предварительно помыть;
- с) Овощи для варки закладывают в кастрюлю с кипящей подсоленной водой и варят под крышкой;
- д) Готовить овощные блюда следует непосредственно перед их употреблением.
- е) Мыть и держать овощи в воде не более 10 – 15 минут.

Ключи: 1- б); 2- а), б), д); 3- а), д).

Раздел «Домоводство»

Тест по домоводству в 8 классе.

1 Здоровый образ жизни –это

- а) заниматься спортом
- в) много есть жирной пищи
- в) целыми днями лежать на диване

2. Хобби – это

- а) целый день смотреть телевизор
- б) гулять по улицам
- в) любимое занятие на досуге

3. В турпоход необходимо взять

- а) нарядную одежду
- б) средства личной гигиены
- в) всё необходимое для макияжа

4. Первая помощь при ушибах

- а) приложить к ушибленному месту холодный предмет
- б) смазать ушибленное место раствором йода
- в) наложить стерильную повязку

5. Первая помощь при ожогах

- а) намазать ожог йодом
- б) наложить стерильную повязку
- в) обрезать одежду в месте раны

6. Перечисли виды источников доходов

- а) зарплата членов семьи
- б) накопительный вклад в банке
- в) взять в банке кредит

7. Перечисли правила поведения в гостях

- а) прийти вовремя
- б) перебивать собеседника
- в) не благодарить за угощение

8) Какую ложку взять в поход?

- а) деревянную
- б) алюминиевую
- в) пластмассовую

9. Во время еды следует

- а) расставлять локти
- б) низко склонять голову над тарелкой
- в) голову слегка склонить и на эту высоту подносить ложку или вилку

10. к уходу за больным относятся

- а) в комнате яркий свет
- б) лекарство давать строго по времени
- в) температуру не измерять.

Примерные задания для итогового контроля

1. Картофель следует хранить:

- а) на свету при температуре +18 С;
- б) в темноте при температуре +18 С;
- в) на свету при температуре +5 С;
- г) в темноте при температуре +5 С;
- д) в морозильнике при температуре -18 С.

Ответ: г.

2. В русской кухне под словом гарнир подразумевают:

- а) любое дополнение к основному блюду;
- б) легкое, освежающее блюдо;
- в) овощной отвар;
- г) грибной отвар.

Ответ: а.

3. Праздничный стол украшают:

- а) невысокими букетами в низких вазах;
- б) цветами с длинными стеблями в высоких вазах;
- в) цветами с резким запахом;
- г) гирляндами из живых цветов.

Ответ: а, г.

4. Для заготовки продуктов применяются:

- а) сушка;
- б) соление;
- в) копчение;
- г) пряжение;
- д) маринование.

Ответ: а, б, в, д.

5. Чтобы не выбрасывать засохший хлеб, из него можно приготовить:

- а) сухарики;
- б) пудинг;
- в) вафли;
- г) панировку;
- д) хлебную муку.

Ответ: а, б, г.

6. Варить овощи для салатов и винегретов следует:

- а) очищенными;
- б) неочищенными;
- в) нарезанными крупными кусками;
- г) нарезанными мелкими кусками.

Ответ: б.

7. Бананы - это плоды:

- а) травянистого растения;
- б) дерева;
- в) пальмы;
- г) кустарника.

Ответ: а.

8. Для максимального сохранения в картофеле минеральных солей его:

- а) жарят;
- б) варят в воде;
- в) варят на пару;
- г) варят в кожуре;
- д) запекают в духовом шкафу.

Ответ: д.

9. Яйца «в мешочек», опущенные в кипяток, варятся:

- а) 2,5 мин;
- б) 4...5 мин;
- в) 8...10 мин;
- г) 10...12 мин;
- д) 15...20 мин.

Ответ: б.

10. Перед замешиванием теста муку:

- а) сушат;
- б) проверяют на наличие вредителей;
- в) просеивают;
- г) перебирают;
- д) обжаривают.

Ответ: б, в.

11. Консистенция каши, при которой набухшие зерна полностью впитывают в себя жидкость:

- а) вязкая;
- б) рассыпчатая;
- в) жидкая.

Ответ: б.

12. Разрыхлителем пресного теста служит:

- а) пищевая сода;
- б) сахар;
- в) вода;
- г) соль.

Ответ: а.

13. Салфетку на колени кладут:

- а) полностью развернутой;
- б) сложенной вдвое с уравненными краями;
- в) сложенной вдвое с верхней частью короче нижней;
- г) сложенной вдвое с верхней частью длиннее нижней;
- д) сложенной по диагонали.

Ответ: а.

14. Какая маркировка проставлена на разделочной доске для вареных овощей:

- а) В. О.;
- б) С. Р.;
- в) С. О.

Ответ: а.

15. Укажите пищевые продукты, содержащие витамин С :

- а) зелень петрушки;

- б) зелень укропа;
- в) сливочное масло;
- г) картофель;
- д) рыба;
- е) смородина;
- ж) капуста;
- з) хлеб.

Ответ : а, б, г, е, ж.

16. Перед приготовлением горох и чечевицу:

- а) промывают;
- б) сушат;
- в) замачивают;
- г) перебирают;
- д) обжаривают.

Ответ: а, в, г.

17. При сервировке стола к ужину нож кладут:

- а) слева лезвием к тарелке;
- б) слева лезвием от тарелки;
- в) справа лезвием к тарелке;
- г) справа лезвием от тарелки;
- д) в специальную укладку

Ответ: в

18. Признаками недоброкачества рыбы являются:

- а) жабры красного цвета;
- б) жабры белого цвета;
- в) глаза полные и светлые;
- г) неприятный запах;
- д) отделение мяса от костей.

Ответ: б, в, г, д.

19. Из рыбного фарша можно приготовить:

- а) паштет;
- б) омлет;
- в) котлеты;
- г) пельмени;
- д) уху.

Ответ: а, в, г.

20. При заготовке рыбы для длительного хранения ее:

- а) солят;
- б) вялят;
- в) жарят;
- г) коптят;
- д) замораживают;
- е) маринуют.

Ответ: а, б, г, д, е.

21. Составьте технологическую карту блюд: «Салат из свежих овощей», «Суп куриный», «Борщ», «Омлет», «Рагу из курицы и овощей»

22. Приготовьте блюдо по одному из рецептов на выбор.