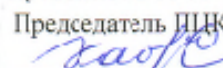



ФИЛИАЛ ГОСУДАРСТВЕННОГО АВТОНОМНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
БАШКИРСКИЙ АГРОПРОМЫШЛЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ Р.П.ЧИШМЫ

РАССМОТРЕНО И СОГЛАСОВАНО
на заседании ЦК общепрофессиональных
дисциплин и профессиональных модулей
Протокол № 11 от «30» июня 2023 г.
Председатель ЦК
 Хайруллина С.А.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий филиалом ГАПОУ БАК
 Гайнутдинова Г.Ф.
«30» июня 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЦИКЛА
ОП. 13 Низкокалорийные блюда и блюда
лечебного питания**

программа подготовки квалифицированных рабочих, служащих
по профессии 43.01.09 Повар, кондитер
2023-2027 учебные года

для обучающихся на базе основного общего образования

Профиль: социально-экономический

2023 год

Программа учебной дисциплины ОП.13.

Низкокалорийные блюда и блюда лечебного питания разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования (ФГОС СПО) по профессии 43.01.09 Повар, кондитер, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 декабря 2016 года № 1569 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации дата 22 декабря 2016 года, регистрационный № 44898) (далее – ФГОС СПО), на основании примерной основной образовательной программы разработанной и внесенной в федеральный реестр примерных образовательных программ СПО, регистрационный номер: 43.01.09 – 170331)

Организация разработчик примерной образовательной программы:: Федеральное учебно-методическое объединение в системе среднего профессионального образования по укрупненной группе профессий, специальностей 43.00.00 Сервис и туризм; профессионального стандарта «Кондитер», утвержденного приказом Министерством труда и социальной защиты РФ от 07.09.2015 г. №597н; профессионального стандарта «Пекарь», утвержденный приказом Министерством труда и социальной защиты РФ от 01.12.2015 г. №914н.

Организация - разработчик: филиал государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Башкирский агропромышленный колледж р.п. Чишмы.

Разработчики:

Ишбульдина Назия Анасовна- методист;

Галиуллина Елена Анатольевна- преподаватель, мастер производственного обучения

Рассмотрено и рекомендовано

на заседании педагогического совета

от «30» июня 2023 года №6

Содержание

| | | страница |
|---|---|----------|
| 1 | Паспорт программы учебной дисциплины | 4 |
| 2 | Структура и содержание учебной дисциплины | 8 |
| 3 | Условия реализации учебной дисциплины | 12 |
| 4 | Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины | 13 |

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Низкокалорийные блюда и блюда лечебного питания

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих в соответствии с ФГОС по профессии СПО, входящих в состав укрупнённой группы профессий 43.00.00 Сервис и туризм, по направлению подготовки 43.01.09 Повар, кондитер. Программа учитывает запросы и пожелания работодателей региона, реализует компоненты образовательного учреждения.

В содержании программы предусмотрено использование электронного образовательного ресурса для дистанционной формы обучения. Учебно-методический комплекс дисциплины содержит лекционный материал, презентации, комплект контрольно-измерительных материалов, в том числе и при дистанционной форме обучения.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в общий профессиональный цикл за счет вариативной части

1.3. Цели задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающиеся должны

1.4. Цели задачи учебной дисциплины –

требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**

У1-определять качество сырья и готовой продукции;

У2-осуществлять взаимозаменяемость пищевых продуктов; У3-

пользоваться нормативными документами;

У4-составлять расчет сырья и калорийности;

У5 - выбирать способы и виды тепловой обработки и технологического

процесса; У6-составлять диет-меню.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**

З1 - основные принципы диетического и лечебного

питания; З2-цели и виды щажения;

З3-характеристику диет;

З4-способы тепловой обработки;

З5 - технологию приготовления

блюд; З6-условия сроки реализации.

В результате изучения дисциплины студент должен освоить основные виды соответствующие ему общие компетенции и профессиональные компетенции:

| Код | Наименование результата обучения |
|------|---|
| ОК01 | Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам |
| ОК02 | Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности |
| ОК03 | Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие |
| ОК04 | Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами. |
| ОК05 | Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом социального и культурного контекста |

| | |
|-------|--|
| ОК06 | Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения. |
| ОК07 | Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях. |
| ОК08 | Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности. |
| ОК09 | Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности |
| ОК 10 | Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках. |
| ОК 11 | Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере. |

Приготовление и подготовка к реализации полуфабрикатов для блюд, кулинарных изделий разнообразного ассортимента

ПК1.1.

Подготавливать рабочее место, оборудование, сырье, исходные материалы для обработки сырья, приготовления полуфабрикатов в соответствии с инструкциями и регламентами.

ПК1.2

Осуществлять обработку, подготовку овощей, грибов, рыбы, нерыбного водного сырья, мяса, домашней птицы, дичи, кролика

ПК1.3

Проводить приготовление и подготовку к реализации полуфабрикатов разнообразного ассортимента для блюд, кулинарных изделий из рыбы и нерыбного водного сырья

ПК 2.1. Подготавливать рабочее место, оборудование, сырье, исходные материалы для приготовления горячих блюд, кулинарных изделий, закусок разнообразного ассортимента в соответствии с инструкциями и регламентами.

ПК 2.2. Осуществлять приготовление, непродолжительное хранение бульонов, отваров разнообразного ассортимента.

ПК 2.3. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации супов разнообразного ассортимента.

ПК 2.4. Осуществлять приготовление, непродолжительное хранение горячих соусов разнообразного ассортимента.

ПК 2.5. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд и гарниров из овощей, грибов, круп, бобовых, макаронных изделий разнообразного ассортимента.

ПК 2.6. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок из яиц, творога, сыра,

муки разнообразного ассортимента.

ПК 2.7. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок из рыбы, нерыбного водного сырья разнообразного ассортимента.

ПК 2.8. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих блюд, кулинарных изделий, закусок из мяса, домашней птицы, дичи и кролика разнообразного ассортимента.

ПК 3.1. Подготавливать рабочее место, оборудование, сырье, исходные материалы для приготовления холодных блюд, кулинарных изделий, закусок в соответствии с инструкциями и регламентами

ПК 3.2. Осуществлять приготовление, непродолжительное хранение холодных соусов, заправок разнообразного ассортимента

ПК 3.3. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации салатов разнообразного ассортимента

ПК 3.4. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации бутербродов, канапе, холодных закусок разнообразного ассортимента

ПК 3.5. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации холодных блюд из рыбы, нерыбного водного сырья разнообразного ассортимента

ПК 3.6. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации холодных блюд из мяса, домашней птицы, дичи разнообразного ассортимента

ПК 4.1. Подготавливать рабочее место, оборудование, сырье, исходные материалы для приготовления холодных и горячих сладких блюд, десертов, напитков разнообразного ассортимента в соответствии с инструкциями и регламентами

ПК 4.2. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации холодных сладких блюд, десертов разнообразного ассортимента

ПК 4.3. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих сладких блюд, десертов разнообразного ассортимента

ПК 4.4. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации холодных напитков разнообразного ассортимента

ПК 4.5. Осуществлять приготовление, творческое оформление и подготовку к реализации горячих напитков разнообразного ассортимента

ПК 5.1. Подготавливать рабочее место кондитера, оборудование, инвентарь, кондитерское сырье, исходные материалы к работе в соответствии с инструкциями и регламентами

ПК 5.2. Осуществлять приготовление и подготовку к использованию отделочных полуфабрикатов для хлебобулочных, мучных кондитерских изделий

ПК 5.3. Осуществлять изготовление, творческое оформление, подготовку к

реализации хлебобулочных изделий и хлеба разнообразного ассортимента

ПК 5.4. Осуществлять изготовление, творческое оформление, подготовку к реализации мучных кондитерских изделий разнообразного ассортимента

ПК 5.5. Осуществлять изготовление, творческое оформление, подготовку к реализации пирожных и тортов разнообразного ассортимента

1.5. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины

- максимальной учебной нагрузки обучающегося – 52 часа, включая:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 27 часов;
- лабораторных и практических работ – 24 часа,
- промежуточная аттестация – 1 час

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Низкокалорийные блюда и блюда лечебного питания

2.1. Объём учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объём часов |
|--|-------------|
| <i>Самостоятельная работа</i> | - |
| Объём образовательной программы | 52 |
| в том числе: | |
| теоретическое обучение | 27 |
| лабораторные занятия | |
| практические занятия | 24 |
| Дифференцированный зачет | 1 |

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

2.3. ОП.13. Низкокалорийные блюда и блюда лечебного питания

| Наименование разделов и тем | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся | Объем часов | Уровень освоения |
|--|---|-------------|------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Раздел 1. Основы диетического и лечебного питания | | | |
| Тема 1.1. Введение Основы диетического и лечебного питания | Содержание учебного материала: | 2 | |
| | 1. Основные принципы диетического и лечебного питания | 1 | 2 |
| | 2. Виды щажения и назначение, физико-химические изменения белков, жиров, углеводов, красящих веществ при тепловой кулинарной обработке. Формирование вкуса и аромата кулинарной продукции | 1 | 2 |
| Тема 1.2. Характеристики-ка диет | Содержание учебного материала: | 11 | |
| | 1. Характеристика диет, назначение, цель, калорийность, химический состав | 1 | 2 |
| | 2. Выбор сырья, составлению меню, температурного режима и режима питания | 1 | 2 |
| | 3. Холодные диетические блюда | 1 | 2 |
| | 4. Супы | 1 | 2 |
| | 5. Блюда из круп, бобовых, макаронных изделий | 1 | 2 |
| | 6. Сложные горячие блюда из овощей | 1 | 2 |
| | 7. Сложные горячие мясные и рыбные блюда | 1 | 2 |
| | 8. Блюда из яиц и творога | 1 | 2 |
| | 9. Холодные блюда и закуски | 1 | 2 |
| | 10. Сладкие блюда и напитки | 1 | 2 |
| | 11. Мучные кулинарные изделия | 1 | 2 |
| | Практические занятия | 10 | 3 |
| | 1. Расчет энергетической ценности дневного рациона, составление меню по диете 1. | 2 | |
| 2. Расчет энергетической ценности дневного рациона, составление меню по диете 2. | 2 | | |
| 3. Расчет энергетической ценности дневного рациона, составление меню по диете 3. | 2 | | |
| 4. Расчет энергетической ценности дневного рациона, составление меню по диете 4. | 2 | | |
| 5. Расчет энергетической ценности дневного рациона, составление меню по диете 5. | 2 | | |

| | | | |
|---|---|-----------|---|
| | Самостоятельная работа обучающихся 1. Расчет энергетической ценности дневного рациона 2. Составление меню по диетам с6 по 15 | - | 3 |
| Тема 1.3. Приготовление блюд для диетического и лечебного питания | Содержание учебного материала: | 12 | |
| | 1. Механическая кулинарная обработка сырья | 1 | 2 |
| | 2. Технология приготовления блюд, правила оформления, порционирование, отпуск | 1 | 2 |
| | 3. Рекомендуемые и исключаемые кулинарные блюда | 2 | 2 |
| | 4. Холодные диетические блюда | 1 | 2 |
| | 5. Супы | 1 | 2 |
| | 6. Вторые горячие блюда | 2 | 2 |
| | 7. Сладкие блюда и напитки | 2 | 2 |
| | 8. Кондитерские изделия | 2 | 2 |
| | Практические занятия | 10 | 3 |
| | 1. Определение органолептических показателей сырья. | 2 | |
| | 2. Выбор сырья и определение продуктового набора | 2 | |
| | 3. Составление алгоритма технологического процесса приготовления блюд. | 2 | |
| | 4. Составление технологических карт в соответствии с целью диеты 1, 2 | 2 | |
| 5. Составление технологических карт в соответствии с целью диеты 3, 4, 5 | 2 | | |
| Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка презентаций по теме: «Холодные закуски, супы, соусы, вторые блюда, сладкие блюда, холодные и горячие напитки» 2. Подготовка сообщений по теме: «Мучные кондитерские изделия для лечебного и диетического питания» 3. Работа с сборником рецептов; 4. Заполнение технико-технологических карт; 5. Проведение расчетов выхода сырья и продукции. | - | 3 | |
| Тема 1.4. Хранение и реализация готовых блюд | Содержание учебного материала: | 2 | |
| | 1. Проверка качества готовых диетических блюд, заполнение бракеражного журнала, состав бракеражной комиссии | 1 | 2 |
| | 2. Условия и сроки хранения готовых блюд, температурный режим отпуска | 1 | 2 |
| | Практические занятия | 4 | 3 |

| | | | |
|---------------|---|-----------|---|
| | 1.Проведениебракеражакулинарныхблюдлялечебноидиетическогопитанияпозаданиюпреподавателя. | 2 | |
| | 2.Проведениебракеражакондитерскихизделийдлялечебноидиетическогопитанияпозаданиюпреподавателя. | 2 | 3 |
| | Самостоятельнаяработаобучающихся 1. Составление таблицы сроков и условий хранения:салатов из свежих овощей, первыхблюдов,вторых блюдиизмяса,рыбы и птицы 2.Рефераты по темам: «Кулинарные блюда для лечебнопитания»,«Кулинарныеблюдадлядиетическогопитания»,«Кондитерскиеизделиядлялечебнопитания», «Кондитерские изделия для диетического питания» 3.Презентациипотемам:«Кулинарныеблюдадлялечебнопитания»,«Кулинарныеблюдадлядиетическогопитания»,«Кондитерскиеизделиядлялечебнопитания», «Кондитерскиеизделиядлядиетическогопитания» | - | 3 |
| | Дифференцированный зачет | 1 | - |
| Всего: | | 52 | - |

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 -ознакомительный(узнаваниеранееизученныхобъектов,свойств);
- 2 -репродуктивный(выполнениедеятельностипообразцу,инструкцииилиподруководством);
- 3 –продуктивный(планированиеисамостоятельноевыполнениедеятельности,решениепроблемныхзадач).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.13 НИЗКОКАЛОРИЙНЫЕ БЛЮДА И БЛЮДА ЛЕЧЕБНОГО ПИТАНИЯ

1. Требования к минимуму материально – технического обеспечения Реализация учебной дисциплины предполагает наличие учебного кулинарного цеха

Оборудование учебного кулинарного цеха:

- рабочее место по количеству обучающихся
- рабочее место преподавателя
- столы и стулья производственные
- посуда и инвентарь: миски глубокие, набор ножей для очистки и нарезки овощей, набор инструментов и приспособлений для карвинга, тарелки (в ассортименте), блюда, вазы, креманки, ёмкость для хранения льда, шпажки (в ассортименте), молотки для отбивания, сито, ложки столовые, чайные и разливательные, вилки, половник, лопатки, прихватки, доски разделочные с маркой и ровкой «МС», «РС», «ОС», «ОВ», «зелень», «ГП», «хлеб», кастрюли, сковороды, стаканы мерные, чайные и кофейные пары, ковры и формы силиконовые для выпечки.
- оборудование: плита электрическая с жарочным шкафом ПЭСМ-4ЖШ, пароконвектомат SCC-61, блендеры, миксеры, бликсер, соковыжималка, мясорубка, печь конвекционная, шкаф расстоечный, овощерезка, слайсер,

2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Н.А. Анфимова «Кулинария», М. Академия, 2018г
2. И.Н. Фурс «Технология производства продукции общественного питания», Мн. Новое знание, 2002г.
3. Сборник рецептов. Диетическое питание в столовых. М. Экономика, 1974г.

Дополнительные источники:

1. Н.Э. Харченко «Технология приготовления пищи». Учебное пособие для НПОМ. Академия, 2004г.
2. З.П. Матюхина «Основы физиологии питания, гигиены и санитарии», учебник для НПО, М, Академия, 2002г.

Электронные ресурсы: форма

доступа: <http://www.goodhuse.ru>

<http://www.weda.ru>

<http://www.supercooh.ru>

<http://www.povarenok.ru>

<http://www.delishis.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| Результаты обучения | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения |
|--|---|
| Умения: рациональность организации рабочего места, использование инструментов и приспособлений с соблюдением ТБ и ОТ | <i>Оценка выполнения практических работ</i> |
| выбор оптимальных приёмов и способов тепловой обработки; | <i>Оценка выполнения практических работ</i> |
| осуществление органолептической оценки качества используемого сырья для приготовления блюд и изделий; | <i>Оценка выполнения практических работ Текущий контроль в форме:</i> ✓ устного опроса ✓ оценки самостоятельной внеаудиторной работы |
| готовить, оформлять и подавать блюда лечебного питания; | <i>Оценка выполнения практических работ (отчёт и защита практической работы) Текущий контроль в форме:</i> ✓ устного опроса ✓ оценки самостоятельной внеаудиторной работы |
| соблюдение условий и сроков хранения и реализации приготовленных блюд и изделий. | <i>Оценка выполнения практических работ (отчёт и защита практической работы) Текущий контроль в форме:</i> ✓ устного опроса |
| Знания: принципов задач лечебного питания; | <i>Текущий контроль в форме:</i> ✓ устного опроса |
| приёмов и способов тепловой обработки; | <i>Оценка выполнения практических работ Текущий контроль в форме:</i> ✓ устного опроса |
| основных лечебных диет, их назначения и их характеристика; | <i>Оценка выполнения практических работ Текущий контроль в форме:</i> ✓ устного опроса ✓ оценки самостоятельной внеаудиторной работы |
| ассортимента и особенностей приготовления блюд лечебного питания | <i>Оценка выполнения практических работ Текущий контроль в форме:</i> |

| | |
|---|---|
| я, их соответствии диетам; | <ul style="list-style-type: none"> ✓ устного опроса ✓ оценки самостоятельной внеаудиторной работы |
| правил проведения бракеража | <i>Оценка выполнения практических работ</i> <i>Текущий контроль в форме:</i> <ul style="list-style-type: none"> ✓ устного опроса ✓ оценки самостоятельной внеаудиторной работы |
| условий и сроков хранения и реализации, требований к качеству блюд лечебного питания. | <i>Текущий контроль в форме:</i> <ul style="list-style-type: none"> ✓ устного опроса ✓ оценки самостоятельной внеаудиторной работы |
| | <i>Промежуточная аттестация в форме контрольной работы</i> |

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица).

| Процент результативности (правильных ответов) | Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений | |
|---|---|---------------------|
| | балл (отметка) | вербальный аналог |
| 90 ÷ 100 | 5 | отлично |
| 70 ÷ 89 | 4 | хорошо |
| 50 ÷ 69 | 3 | удовлетворительно |
| менее 50 | 2 | неудовлетворительно |

На этапе промежуточной аттестации по медиане качественных оценок индивидуальных образовательных достижений экзаменационной комиссией определяется интегральная оценка освоенных обучающимися профессиональных и общих компетенций как результатов освоения профессионального модуля