



ИВАНОВСКИЙ ДЕТСКИЙ ДОМ «РОВЕСНИК»

областное государственное казенное образовательное учреждение для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей

153038, г. Иваново, ул. Лежневская, д. 205, тел. 8 (4932) 56-97-13, e-mail: rovesnik_dd@ivreg.ru

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа, 2022г.
Протокол № 1



Утверждаю:

Директор ОГКОУ Ивановский
детский дом «Ровесник»

А.В. Трубин

«30» августа, 2022г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа, социально-педагогической направленности

«КУЛИНАРИЯ И ЗДОРОВЬЕ»

Автор-составитель: Тарлакова
Вера Владимировна,
воспитатель

Возраст обучающихся: 8-15 лет
Срок реализации: 3 года

г. Иваново, 2022

I. Пояснительная записка

Вопросы правильного питания и здорового образа жизни становятся все более актуальными в жизни современного человека. Изучение основ здорового образа жизни и рационального питания будет способствовать воспитанию физически нравственно здорового поколения, развитию у воспитанников чувства гармонии и красоты, способности воспринимать мир как единое целое.

В среднем подростковом возрасте воспитанники с удовольствием посещают различные кружки, факультативы и другие дополнительные занятия. Особенной популярностью у них пользуются кружки по кулинарии, в которых дети с удовольствием учатся готовить.

Актуальность программы «Кулинария и здоровье» в том, что обучение детей и подростков направлено на их самоопределение и профессиональную ориентацию, являющихся важными этапами на пути социализации личности. В процессе обучения воспитанники учатся бережно и с любовью относиться к своему национальному богатству, сохраняют и развивают традиции своего народа.

Направленность программы «Кулинария и здоровье» - социально-педагогическая.

Цель программы: дать воспитанникам знания о рациональном питании, сформировать умения по приготовлению здоровой пищи, развить способность критически относиться к разного рода модным диетам, воспитать вкус к здоровой пище.

Для достижения цели были поставлены следующие **задачи:**

Обучающие:

- познакомить детей с историей кулинарии, историей национальных кухонь с точки зрения рационального питания и способов обработки продуктов;
- познакомить с сущностью диетического питания, особенностью различных диет, лечебными свойствами некоторых продуктов, организацией труда при приготовлении пищи;
- обучить технологии приготовления основных блюд русской и национальной кулинарии;
- приобщить к разнообразным видам хозяйственно-бытовой деятельности;
- обучить этикету;
- обучить сервировке стола.

Развивающие:

- пробудить интерес к кулинарному искусству у детей;
- развить творческую активность через индивидуальное раскрытие кулинарных способностей каждого ребенка;
- развить способность критически относиться к разного рода диетам;
- развить эстетическое восприятие и творческое воображение.

Воспитательные:

- воспитывать трудолюбие, аккуратность;
- привить навыки работы в группе;
- формировать любовь и уважение к традициям русской кухни и национальной кухни.

Программа обучения направлена на знакомство с историей кулинарии, основами рационального питания. Воспитанники получают первоначальные знания и навыки приготовления несложных блюд: закусок, первых и вторых блюд, салатов, песочного и дрожжевого теста.

По завершении обучения, обучающиеся должны знать:

- правила гигиены и безопасности труда;
- основные этапы истории развития кулинарии;
- основы рационального питания;
- правила поведения за столом, этикет;
- сервировка;
- способы нарезки овощей;
- названия круп;
- технологию приготовления первых и вторых блюд;

Должны уметь:

- работать с ножом;
- сервировать стол к завтраку, обеду, ужину;
- готовить супы, каши;
- заваривать чай;
- готовить некоторые виды салатов;
- готовить песочное и дрожжевое тесто и изделия из них.

Воспитательная работа

Реализация программы «Кулинария и здоровье» призвана способствовать решению целого ряда воспитательных задач, изложенных выше. Воспитание является неотъемлемой частью процесса социализации, развития личности. Воспитательный процесс в объединении реализуется в ходе обучения и через систему следующих мероприятий: праздники, выставки-дегустации приготовления блюд и др.

В объединении стали традиционными такие мероприятия, как праздники рождественские и пасхальные чаепития, вечер выпускников и др.

Педагогом используются следующие группы методов и формы воспитания:

- методы формирования сознания личности (взглядов, убеждений, идеалов): лекции, беседы, рассказы.

- методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения: педагогические требования, поручения, создание воспитывающих ситуаций, практическая деятельность по программе.

- методы стимулирования деятельности и поведения: поощрение, порицание, конкурс.

Основным результатом воспитательной работы должна быть готовность обучающихся к самостоятельной жизни и труду, к осознанному выбору профессионального образования, сформированность у них навыков самообразования, самовоспитания, саморазвития.

По окончании обучения воспитанник должен иметь ясное и конкретное представление о значимых личностных качествах современного человека,

нравственных нормах, позитивно относится к ним. Устойчиво проявлять в своем поведении следующие личностные качества:

- адекватная самооценка, уверенность в своих силах, самостоятельность, целеустремленность;

- бережное отношение к традициям своего народа;

- гуманность, доброжелательность, милосердие, толерантность;

- трудолюбие;

- коллективизм, взаимопомощь;

- гражданственность, патриотизм.

II. Учебно-тематический план и содержание программы

Учебно-тематический план

№	Тема занятий	Кол-во часов всего	Теория	Практика
1.	Введение. Вводный инструктаж история возникновения кулинарии.	1	1	-
2.	Организация рабочего места, санитарно – гигиенические нормы. Виды оборудования.	1	1	-
3.	Консервирование плодов и овощей. Приготовление варенья в ассортименте.	2	1	1
4.	Причины порчи пищевых продуктов. Приготовление сока из яблок и груш.	2	1	1
5.	Общие приёмы домашнего консервирования. Консервирование огурцов.	2	1	1
6.	Хранение и использование консервов. Консервирование помидор.	2	1	1
7.	Соление, квашение, мочение. Квашение капусты.	2	1	1
8.	Консервирование овощей. Кабачковая икра и салаты из овощей.	4	2	2
9.	Приготовление салатов из сырых овощей.	10	5	5
10.	Приготовление комбинированных салатов.	6	3	3
11.	Приготовление салатов из варёных овощей.	6	3	3
12.	Приготовление фруктовых салатов.	2	1	1
13.	Приготовление слоёных салатов.	4	2	2
14.	Приготовление салатов из рыбы и морепродуктов	4	2	2
15.	Приготовление фаршированных холодных блюд	4	2	2
16.	Приготовление блюд из картофеля.	10	5	5
17.	Приготовление блюд из кабачков.	8	4	4
18.	Приготовление супов.	18	9	9
19.	Приготовление блюд из овощей.	12	6	6
20.	Приготовление блюд из макарон.	8	4	4
21.	Приготовление блюд из творога.	6	3	3

22.	Приготовление горячих и холодных напитков.	6	3	3
23.	Приготовление блюд из яиц.	4	2	2
24.	Приготовление мучных кондитерских изделий.	42	21	21
25.	Приготовление блюд из круп.	12	6	6
26.	Приготовление блюд из курицы.	14	7	7
27.	Приготовление блюд из рыбы.	10	5	5
28.	Приготовление десертов.	8	4	4
29.	Приготовление бутербродов в ассортименте.	6	3	3
30.	Проверочные работы.	16	8	8
Итого:		232	117	115

Содержание программы

1. Вводное занятие. Цели и задачи курса.

Значение питания для жизнедеятельности организма. Правила безопасных условий труда. История возникновения кулинарии. Этапы возникновения кулинарии в России. Традиционные кухни народов России.

2. Ознакомление с организацией рабочего места при приготовлении блюд.

Санитарно – гигиенические нормы. Оценка качества продуктов. Общие сведения о материалах, инструментах и приспособлениях, необходимых для кулинарных работ. Современная бытовая техника для приготовления пищи в домашних условиях.

3. Консервация плодов и овощей. Значение плодов и овощей в питании.

Практическая работа. Приготовление варенья из яблок и груш

4. Причины порчи пищевых продуктов.

Практическая работа. Приготовление сока из яблок и груш.

5. Общие приёмы домашнего консервирования.

Практическая работа. Консервирование огурцов.

6. Хранение и использование консервов.

Практическая работа. Консервирование помидоров.

7. Соление, квашение, мочение.

Практическая работа. Квашение капусты

8. Консервирование овощей.

Практическая работа.

1. Кабачковая икра.

2. Лечо из овощей.

9. Приготовление салатов из сырых овощей. Основные правила приготовления салатов.

Практическая работа.

1. Салаты из свежих овощей: Моркови и свёклы с чесноком.

2. Салат “Французский”.

3. Салат из белокочанной капусты с морковью.

4. Салат из белокочанной капусты и чернослива.

5. Салат “Летний”

10. Приготовление комбинированных салатов.

Практическая работа.

1. Салат из свежих помидоров с сыром и оливками.
2. Салат “Карусель”.
3. Салат из фасоли с сухариками.

11. Приготовление салатов из варёных овощей.

Практическая работа.

1. Салат “Винегрет”
2. Салат “Оливье”
3. Салат “Русский”

12. Приготовление фруктовых салатов. Оформление салатов.

Практическая работа.

1. Салат фруктовый

13. Приготовление слоёных салатов.

Практическая работа.

1. Салат с крабовыми палочками и грибами.
2. Салат слоёный с курицей “Ночь”

14. Приготовление салатов из рыбы и морепродуктов.

Практическая работа.

1. Салат с рыбными консервами в тарталетках.
2. Салат из кальмаров.

15. Приготовление фаршированных холодных блюд

Практическая работа.

1. Помидоры фаршированные.
2. Лаваш, фаршированный яйцом и крабовыми палочками.

16. Приготовление блюд из картофеля.

Практическая работа.

1. Картофель жареный из (отварного) с луком и сметаной.
2. Чесночный картофель (запечённый).
3. Драники.
4. Картофель жареный с грибами в сметане.
5. Картофельное пюре.

17. Приготовление блюд из кабачков.

Практическая работа.

1. Кабачки жареные с чесноком.
2. Кабачки жареные с яйцом.
3. Оладьи из кабачков.
4. Кабачки, запечённые с помидорами и сыром.

18. Приготовление супов.

Практическая работа.

1. Суп вермишелевый с колбасой. Сервировка стола к обеду.
2. Суп из рыбных консервов.
3. Суп картофельный с мясными консервами.
4. Суп гороховый.
5. Лапша грибная (из свежих грибов).
6. Суп картофельный с грибами (из сушёных грибов).
7. Борщ.

8. Сырный суп.
9. Щи из свежей капусты.

19. Приготовление блюд из овощей.

Практическая работа.

1. Овощной “Эдем”.
2. Капустная запеканка.
3. Картофель, запечённый с овощами.
4. Запеканка картофельная с грибами.
5. Запеканка из тыквы.
6. Запеканка из кабачков.

20. Приготовление блюд из макарон.

Практическая работа.

1. Макароны с луком.
2. Макароны с сыром.
3. Макароны по “Флотски”.
4. Макароны с тыквой.

21. Приготовление блюд из творога.

Практическая работа.

1. Запеканка твороженная.
2. Сырковая масса.
3. Сырники.

22. Приготовление горячих и холодных напитков.

Практическая работа.

1. Чай чёрный, зелёный, красный. Сервировка чайного стола.
2. Какао и кофе с молоком.
3. Коктейли в ассортименте.

23. Приготовление блюд из яиц.

Практическая работа.

1. Яичница с колбасой.
2. Омлет с зелёным луком.

24. Приготовление мучных кондитерских изделий.

Практическая работа.

1. Шарлотка.
2. Печенье творожное.
3. Блинчики с творогом.
4. Торт Медовый.
5. Кекс с изюмом.
6. Блинчики с яблоками.
7. Вафли.
8. Печенье из песочного теста.
9. Пицца.
10. Сочни с творогом.
11. Пироги из пресного теста с яйцом и зелёным луком.
12. Пироги из дрожжевого теста с капустой и яйцом.
13. Торт “Муравейник”.
14. Пирог сладкий открытый из сдобного дрожжевого теста.
15. Печенье из пресного теста.

16. Панкейки с шоколадом.
17. Манник.
18. Пирог заливной с яйцом и зелёным луком.
19. Пирог с ягодами.
20. Оладьи – Пиццы.
21. Печенье “Орешки” с варёной сгущёнкой.

25. Приготовление блюд из круп.

Практическая работа.

1. Запеканка рисовая.
2. Каша пшённая с сухофруктами.
3. Крупеник.
4. Каша манная.
5. Котлеты манные с киселём.
6. Каша Геркулесовая.

26. Приготовление блюд из курицы.

Практическая работа.

1. Жульен.
2. Плов.
3. Курица жареная.
4. Курица, запечённая с картофелем.
5. Куриные котлеты.
6. Котлеты из куриной печени.
7. Картофельные ватрушки с курицей.

27. Приготовление блюд из рыбы.

Практическая работа.

1. Рыба запечённая.
2. Котлеты рыбные.
3. Рыба тушёная с овощами.
4. Соте из рыбы.
5. Сельдь с овощами.

28. Приготовление десертов.

Практическая работа.

1. Йогурт в ассортименте.
2. Желе в ассортименте.
3. Клубника со сливками.
4. Банан со сливками и шоколадом.

29. Приготовление бутербродов в ассортименте.

Практическая работа.

1. Приготовление бутербродов в ассортименте.
2. Приготовление “Канapé”.
3. Приготовление бутербродов “Божья коровка”.

30. Проверочные работы.

1. По итогам 1-ого года обучения.
2. По итогам 2-ого года обучения.
3. По итогам 3-ого года обучения. Первое полугодие.
4. По итогам 3-ого года обучения. Второе полугодие.

Календарно-тематическое планирование по программе “Кулинария и здоровье”

1-ый год обучения

№ п/п	Тема	Группа
1.	Введение. Вводный инструктаж. История возникновения кулинарии.	Ребята младшего школьного возраста
2.	Введение. Вводный инструктаж. История возникновения кулинарии.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
3.	Организация рабочего места, санитарно – гигиенические нормы. Виды оборудования.	Ребята младшего школьного возраста
4.	Организация рабочего места, санитарно – гигиенические нормы. Виды оборудования.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
5.	Консервирование плодов и овощей. Приготовление варенья в ассортименте.	Ребята младшего школьного возраста
6.	Консервирование плодов и овощей. Приготовление варенья в ассортименте .	Ребята среднего и старшего школьного возраста
7.	Причины порчи пищевых продуктов. Приготовление сока из яблок и груш.	Ребята младшего школьного возраста
8.	Причины порчи пищевых продуктов. Приготовление сока из яблок и груш.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
9.	Общие приёмы домашнего консервирования. Консервирование огурцов.	Ребята младшего школьного возраста
10.	Общие приёмы домашнего консервирования. Консервирование огурцов.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
11.	Хранение и использование консервов. Консервирование помидор.	Ребята младшего школьного возраста
12.	Хранение и использование консервов. Консервирование помидор.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
13.	Соление, квашение, мочение. Квашение капусты	Ребята младшего школьного возраста
14.	Соление, квашение, мочение. Квашение капусты	Ребята среднего и старшего школьного возраста
15.	Консервирование овощей. Кабачковая икра.	Ребята младшего школьного возраста
16.	Консервирование овощей. Кабачковая икра.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
17.	Консервирование овощей. Лечо из овощей.	Ребята младшего школьного возраста
18.	Консервирование овощей. Кабачковая икра.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
19.	Салаты из свежих овощей: Моркови и свёклы с чесноком.	Ребята младшего школьного возраста
20.	Салаты из свежих овощей: Моркови и свёклы с чесноком.	Ребята среднего и старшего школьного возраста

21.	Салат “Французский”.	Ребята младшего школьного возраста
22.	Салат “Французский”.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
23.	Салат из белокочанной капусты с морковью.	Ребята младшего школьного возраста
24.	Салат из белокочанной капусты с морковью.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
25.	Салат из белокочанной капусты и чернослива.	Ребята младшего школьного возраста
26.	Салат из белокочанной капусты и чернослива.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
27.	Салат “Летний”.	Ребята младшего школьного возраста
28.	Салат “Летний”.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
29.	Салат из свежих помидоров с сыром и оливками.	Ребята младшего школьного возраста
30.	Салат из свежих помидоров с сыром и оливками.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
31.	Салат “Карусель”.	Ребята младшего школьного возраста
32.	Салат “Карусель”.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
33.	Салат из фасоли с сухариками.	Ребята младшего школьного возраста
34.	Салат из фасоли с сухариками.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
35.	”Винегрет”	Ребята младшего школьного возраста
36.	”Винегрет”	Ребята среднего и старшего школьного возраста
37.	“Оливье”	Ребята младшего школьного возраста
38.	“Оливье”	Ребята среднего и старшего школьного возраста
39.	Салат “Русский”	Ребята младшего школьного возраста
40.	Салат “Русский”	Ребята среднего и старшего школьного возраста
41.	Салат фруктовый	Ребята младшего школьного возраста
42.	Салат фруктовый	Ребята среднего и старшего школьного возраста
43.	Салат с крабовыми палочками и грибами.	Ребята младшего школьного возраста

44.	Салат с крабовыми палочками и грибами.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
45.	Салат слоёный с курицей “Ночь”	Ребята младшего школьного возраста
46.	Салат слоёный с курицей “Ночь”	Ребята среднего и старшего школьного возраста
47.	Салат с рыбными консервами в тарталетках.	Ребята младшего школьного возраста
48.	Салат с рыбными консервами в тарталетках.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
49.	Салат из кальмаров.	Ребята младшего школьного возраста
50.	Салат из кальмаров.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
51.	Помидоры фаршированные.	Ребята младшего школьного возраста
52.	Помидоры фаршированные.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
53.	Лаваш фаршированный яйцом и крабовыми палочками.	Ребята младшего школьного возраста
54.	Лаваш фаршированный яйцом и крабовыми палочками.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
55.	Картофель жареный из (отварного) с луком и сметаной.	Ребята младшего школьного возраста
56.	Картофель жареный из (отварного) с луком и сметаной.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
57.	Чесночный картофель (запечённый).	Ребята младшего школьного возраста
58.	Чесночный картофель (запечённый).	Ребята среднего и старшего школьного возраста
59.	Драники.	Ребята младшего школьного возраста
60.	Драники.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
61.	Картофель жареный с грибами в сметане.	Ребята младшего школьного возраста
62.	Картофель жареный с грибами в сметане.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
63.	Картофельное пюре.	Ребята младшего школьного возраста
64.	Картофельное пюре.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
65.	Кабачки жареные с чесноком.	Ребята младшего школьного возраста
66.	Кабачки жареные с чесноком.	Ребята среднего и старшего школьного возраста

67.	Кабачки жареные с яйцом.	Ребята младшего школьного возраста
68.	Кабачки жареные с яйцом.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
Проверочная работа – 2 часа.		Ребята младшего школьного возраста
Проверочная работа – 2 часа.		Ребята среднего и старшего школьного возраста
2-ой год обучения		
1.	Суп картофельный с мясными консервами.	Ребята младшего школьного возраста
2.	Суп картофельный с мясными консервами.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
3.	Суп гороховый.	Ребята младшего школьного возраста
4.	Суп гороховый.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
5.	Лапша грибная (из свежих грибов).	Ребята младшего школьного возраста
6.	Лапша грибная (из свежих грибов).	Ребята среднего и старшего школьного возраста
7.	Суп картофельный с грибами (из сушёных грибов).	Ребята младшего школьного возраста
8.	Суп картофельный с грибами (из сушёных грибов).	Ребята среднего и старшего школьного возраста
9.	Борщ.	Ребята младшего школьного возраста
10.	Борщ.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
11.	Сырный суп.	Ребята младшего школьного возраста
12.	Сырный суп.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
13.	Щи из свежей капусты.	Ребята младшего школьного возраста
14.	Щи из свежей капусты.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
15.	Овощной “Эдем”.	Ребята младшего школьного возраста
16.	Овощной “Эдем”.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
17.	Капустная запеканка.	Ребята младшего школьного возраста
18.	Капустная запеканка.	Ребята среднего и старшего школьного возраста

19.	Картофель, запечённый с овощами.	Ребята младшего школьного возраста
20.	Картофель, запечённый с овощами.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
21.	Запеканка картофельная с грибами.	Ребята младшего школьного возраста
22.	Запеканка картофельная с грибами.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
23.	Запеканка из тыквы.	Ребята младшего школьного возраста
24.	Запеканка из тыквы.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
25.	Запеканка из кабачков.	Ребята младшего школьного возраста
26.	Запеканка из кабачков.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
27.	Макаронны с луком.	Ребята младшего школьного возраста
28.	Макаронны с луком.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
29.	Макаронны с сыром.	Ребята младшего школьного возраста
30.	Макаронны с сыром.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
31.	Макаронны по “Флотски”.	Ребята младшего школьного возраста
32.	Макаронны по “Флотски”.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
33.	Макаронны с тыквой.	Ребята младшего школьного возраста
34.	Макаронны с тыквой.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
35.	Запеканка твороженная.	Ребята младшего школьного возраста
36.	Запеканка твороженная.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
37.	Сырковая масса.	Ребята младшего школьного возраста
38.	Сырковая масса.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
39.	Сырники.	Ребята младшего школьного возраста
40.	Сырники.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
41.	Чай чёрный, зелёный, красный. Сервировка чайного стола.	Ребята младшего школьного возраста

42.	Чай чёрный, зелёный, красный. Сервировка чайного стола.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
43.	Какао и кофе с молоком.	Ребята младшего школьного возраста
44.	Какао и кофе с молоком.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
45.	Коктейли в ассортименте.	Ребята младшего школьного возраста
46.	Коктейли в ассортименте.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
47.	Яичница с колбасой.	Ребята младшего школьного возраста
48.	Яичница с колбасой.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
49.	Омлет с зелёным луком.	Ребята младшего школьного возраста
50.	Омлет с зелёным луком.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
51.	Шарлотка.	Ребята младшего школьного возраста
52.	Шарлотка.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
53.	Печенье творожное.	Ребята младшего школьного возраста
54.	Печенье творожное.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
55.	Блинчики с творогом.	Ребята младшего школьного возраста
56.	Блинчики с творогом.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
57.	Торт Медовый.	Ребята младшего школьного возраста
58.	Торт Медовый.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
59.	Кекс с изюмом.	Ребята младшего школьного возраста
60.	Кекс с изюмом.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
61.	Блинчики с яблоками.	Ребята младшего школьного возраста
62.	Блинчики с яблоками.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
63.	Вафли.	Ребята младшего школьного возраста
64.	Вафли.	Ребята среднего и старшего школьного возраста

65.	Печенье из песочного теста.	Ребята младшего школьного возраста
66.	Печенье из песочного теста.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
67.	Пицца.	Ребята младшего школьного возраста
68.	Пицца.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
Проверочная работа - 2 часа.		Ребята младшего школьного возраста
Проверочная работа - 2 часа.		Ребята среднего и старшего школьного возраста
3-ий год обучения		
I – ое полугодие		
1.	Пирог сладкий открытый из сдобного дрожжевого теста.	Ребята младшего школьного возраста
2.	Пирог сладкий открытый из сдобного дрожжевого теста.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
3.	Печенье из пресного теста.	Ребята младшего школьного возраста
4.	Печенье из пресного теста.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
5.	Панкейки с шоколадом.	Ребята младшего школьного возраста
6.	Панкейки с шоколадом.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
7.	Манник.	Ребята младшего школьного возраста
8.	Манник.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
9.	Пирог заливной с яйцом и зелёным луком.	Ребята младшего школьного возраста
10.	Пирог заливной с яйцом и зелёным луком.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
11.	Пирог с ягодами.	Ребята младшего школьного возраста
12.	Пирог с ягодами.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
13.	Оладьи – Пиццы.	Ребята младшего школьного возраста
14.	Оладьи – Пиццы.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
15.	Печенье “Орешки” с варёной сгущёнкой.	Ребята младшего школьного возраста

16.	Печенье “Орешки” с варёной сгущёнкой.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
17.	Запеканка рисовая.	Ребята младшего школьного возраста
18.	Запеканка рисовая.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
19.	Каша пшённая с сухофруктами.	Ребята младшего школьного возраста
20.	Каша пшённая с сухофруктами.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
21.	Крупеник.	Ребята младшего школьного возраста
22.	Крупеник.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
23.	Каша манная.	Ребята младшего школьного возраста
24.	Каша манная.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
25.	Котлеты манные с киселём.	Ребята младшего школьного возраста
26.	Котлеты манные с киселём.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
27.	Каша Геркулесовая.	Ребята младшего школьного возраста
28.	Каша Геркулесовая.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
29.	Жульен.	Ребята младшего школьного возраста
30.	Жульен.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
31.	Плов.	Ребята младшего школьного возраста
32.	Плов.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
Проверочная работа по итогам первого полугодия – 2 часа		Ребята младшего школьного возраста
Проверочная работа по итогам первого полугодия – 2 часа		Ребята среднего и старшего школьного возраста
3-ий год обучения II – ое полугодие		
1.	Клубника со сливками.	Ребята младшего школьного возраста
2.	Клубника со сливками.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
3.	Банан со сливками и шоколадом.	Ребята младшего школьного возраста

4.	Банан со сливками и шоколадом.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
5.	Приготовление бутербродов в ассортименте.	Ребята младшего школьного возраста
6.	Приготовление бутербродов в ассортименте.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
7.	Приготовление “Канале”.	Ребята младшего школьного возраста
8.	Приготовление “Канале”.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
9.	Приготовление бутербродов “Божья коровка”.	Ребята младшего школьного возраста
10.	Приготовление бутербродов “Божья коровка”.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
11.	Сочни с творогом.	Ребята младшего школьного возраста
12.	Сочни с творогом.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
13.	Пироги из пресного теста с яйцом и зелёным луком.	Ребята младшего школьного возраста
14.	Пироги из пресного теста с яйцом и зелёным луком.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
15.	Пироги из дрожжевого теста с капустой и яйцом.	Ребята младшего школьного возраста
16.	Пироги из дрожжевого теста с капустой и яйцом.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
17.	Торт “Муравейник”.	Ребята младшего школьного возраста
18.	Торт “Муравейник”.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
19.	Оладьи из кабачков.	Ребята младшего школьного возраста
20.	Оладьи из кабачков.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
21.	Кабачки, запечённые с помидорами и сыром.	Ребята младшего школьного возраста
22.	Кабачки, запечённые с помидорами и сыром.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
23.	Суп вермишелевый с колбасой. Сервировка стола к обеду.	Ребята младшего школьного возраста
24.	Суп вермишелевый с колбасой. Сервировка стола к обеду.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
25.	Суп из рыбных консервов.	Ребята младшего школьного возраста
26.	Суп из рыбных консервов.	Ребята среднего и старшего школьного возраста

27.	Курица жареная.	Ребята младшего школьного возраста
28.	Курица жареная.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
29.	Курица, запечённая с картофелем.	Ребята младшего школьного возраста
30.	Курица, запечённая с картофелем.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
31.	Куриные котлеты.	Ребята младшего школьного возраста
32.	Куриные котлеты.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
33.	Котлеты из куриной печени.	Ребята младшего школьного возраста
34.	Котлеты из куриной печени.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
35.	Картофельные ватрушки с курицей.	Ребята младшего школьного возраста
36.	Картофельные ватрушки с курицей.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
37.	Котлеты рыбные.	Ребята младшего школьного возраста
38.	Котлеты рыбные.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
39.	Рыба запечённая.	Ребята младшего школьного возраста
40.	Рыба запечённая.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
41.	Рыба тушёная с овощами.	Ребята младшего школьного возраста
42.	Рыба тушёная с овощами.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
43.	Соте из рыбы.	Ребята младшего школьного возраста
44.	Соте из рыбы.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
45.	Сельдь с овощами.	Ребята младшего школьного возраста
46.	Сельдь с овощами.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
47.	Йогурт в ассортименте.	Ребята младшего школьного возраста
48.	Йогурт в ассортименте.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
49.	Желе в ассортименте.	Ребята младшего школьного возраста

50.	Желе в ассортименте.	Ребята среднего и старшего школьного возраста
Проверочная работа по итогам второго полугодия – 2 часа		Ребята младшего школьного возраста
Проверочная работа по итогам второго полугодия – 2 часа		Ребята среднего и старшего школьного возраста

III. Методическое обеспечение программы

В настоящей программе отдается предпочтение следующим методам и формам обучения:

Объяснительно-иллюстративный – позволяет стимулировать воспитанников к постоянному пополнению знаний об окружающей среде с помощью бесед, сюжетно-ролевых занятий или деловых игр, докладов обучающихся, конкурсов и др.

Практический – способствует развитию мышления через формирование интеллектуальных умений: обобщение, анализ, синтез, сравнение, моделирование, а также позволяет вовлечь учащихся в практическую деятельность с целью приобретения навыков приготовления блюд разного уровня сложности: самостоятельная работа, экскурсии, работа с дополнительной литературой.

Дидактическое обеспечение

- фото и репродукции художественных натюрмортов (разделы «Национальная кухня», «Овощные и фруктовые салаты», «Украшение кондитерских изделий»)
- наглядный иллюстративный материал;
- библиотечка «Юного кулинара», учебно-методические пособия, справочники, энциклопедии.

Утверждаю:
Директор ОГКОУ Ивановский
детский дом «Ровесник»
_____ А.В. Трубин
«__» _____ 20__ г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование блюда _____

№	Наименование продуктов	Расход на 1 порцию брутто (гр)	Расход на 1 порцию нетто	Кол-во чел.	Выход

Руководитель кружка

Тарлакова В.В.

КРУЖОК «КУЛИНАРИЯ И ЗДОРОВЬЕ»

Список воспитанников

№	Ф.И.	Дата Время	Возраст	Класс, группа
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				

Руководитель кружка

Тарлакова В.В.