

ГБПОУ 1-Й МОК  
ФАКУЛЬТЕТ РЕСТОРАННОГО БИЗНЕСА  
МУРМАНСКИЙ ПРОЕЗД, ДОМ 10





**Власова Екатерина Дмитриевна**  
Студентка группы 13ПК

Мастер производственного обучения  
Ивлева Ольга Валерьевна.

Преподаватель МДК  
Маликова Елена Владимировна.

# МЕСТО ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ HOLIDAY INN СУЩЕВСКИЙ.



Россия, город Москва, метро Рижская, Сущёвский Вал, 74

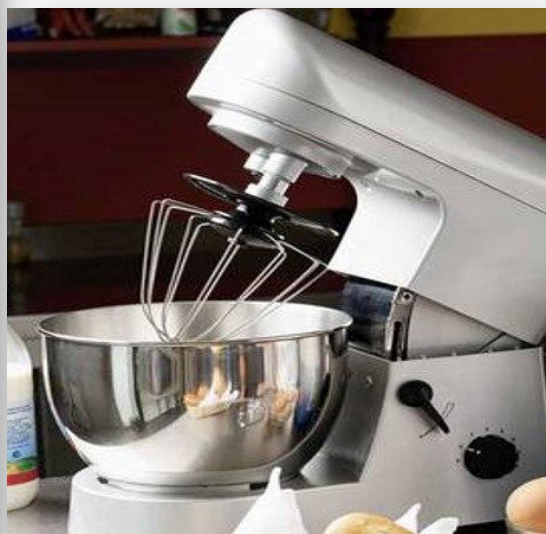
# Holiday Inn Сущевский.



# Холодный цех. Оборудование.



# Кондитерский цех. Оборудование.



# Завтраки (Шведский стол) Оборудование.



# ЗАЧЕТ ПО ПРАКТИКЕ ПМ-01

- Произвести оценку годности, механическую кулинарную обработку сладкого перца, баклажана и подготовить их к фаршированию с учетом рационального использования сырья и с соблюдением безопасных условий труда и санитарно-гигиенических норм на рабочем месте. Указать кулинарное использование и сезонный процент отходов.



# ПОДГОТОВКА ПОВАРА К РАБОТЕ НА ПРОИЗВОДСТВЕ

## 1. Последовательность одевания одежды

- ✓ Под спецодежду надевают хлопчатобумажную майку, форменные брюки (длинные, что позволяет предохранить ноги от ожогов)
- ✓ Белые носки
- ✓ Брюки
- ✓ Кожаные сабо
- ✓ Двубортную куртку(что позволяет лучше защитить область груди от пара и горячих растворов. Наличие пуговиц позволяет перестегнуть куртку, если один борт испачкался, что позволяет в течение всего рабочего дня находиться в чистой одежде. Если не работают с фритюром или другими горячими растворами или посудой или с пароконвектоматом, то рукава куртки можно подворачивать.)
- ✓ Галстук, который защищает от брызг горячего жира, пара и впитывает пот.
- ✓ Колпак(Головной убор препятствует попаданию волос в пищу и впитывает пот)
- ✓ Фартук(Для защиты брюк и куртки от чрезмерных загрязнений)
- ✓ Полотенце(закрепляют на поясе, которое служит прихваткой, если нужно взять в руки что-то горячее. Полотенце - прихватка должно быть сухим, чтобы обеспечить изоляцию от горячего.)

## 2. Соблюдение личной гигиены повара

Многие пищевые отравления являются результатом антисанитарных условий на производстве и несоблюдения поваром правил личной гигиены.

1. Работать на производстве только в санитарной спецодежде. Не носить спецодежду вне производства, не заходить в ней в туалет (перед посещением туалета снимать, затем тщательно мыть руки и только после этого надевать спецодежду).
2. Производить своевременную стирку спецодежды. При стирке использовать дезинфицирующие средства.
3. На производстве не носить украшений для снижения риска заражения продукта и механических повреждений. Допускается ношение только гладкого кольца.
4. Нельзя допускать перекрестного заражения, когда болезнетворные бактерии или опасные вещества переносятся с одной зараженной поверхности на другую (например, с рук на пищу):
  - не приступать к работе, имея инфекционное заболевание, порезы на руке;
  - после контакта рук с глазами, волосами, ртом, лицом их нужно тщательно помыть;

- не работать с продуктами, прошедшими тепловую обработку голыми руками: использовать одноразовые перчатки, щипцы, лопатки, пергамент и др. Одноразовые перчатки менять при переходе от выполнения одного вида работ к другому.
  - тщательно мыть руки перед началом работы и в процессе ее при переходе от одного вида работ к другим. Руки моют теплой водой с мылом и вытирают бумажным полотенцем.
5. Содержать в чистоте волосы, полость рта, руки. Следить за чистотой ногтей: они должны быть коротко пострижены, без лака.
  6. Не касаться в процессе работы руками лица, волос, полости рта. Если это произошло – руки тщательно вымыть.
  7. Не курить в процессе работы, не употреблять алкоголя. Курение и употребление алкоголя снижает сенсорные способности человека и препятствует правильному доведению до вкуса блюд.
  8. При дегустации пользоваться двумя ложками: одной зачерпывать пищу, переливать с нее в другую, не касаясь, и пробовать со второй ложки.

### 3. Организация рабочего места по нарезке овощей

На производственный стол кладут разделочную доску с маркировкой «СО».

Перед доской слева устанавливают емкость с овощами, предназначенными для нарезки, справа – емкость для нарезанных овощей.

Справа от доски кладут инструменты. Для получения простых форм нарезки используют самый большой нож поварской тройки. Для получения сложных форм нарезки, для обтачивания овощей используют нож-экономку, самый маленький нож поварской тройки, нож для карбования (желобковый), нуазетные выемки (для вырезания шариков).

Разделочная доска и нож должны быть сухими. Доска должна лежать на поверхности рабочего стола ровно, не скользить.

# ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ РАБОТЕ В ОВОЩНОМ ЦЕХЕ.

## 1. Перед началом работы:

- перед началом работы помыть руки с мылом, застегнуть надетую санитарную одежду на все пуговицы (завязать завязки), не допуская свисающих концов одежды.
- не закалывать одежду булавками, иголками, не держать в карманах одежды острые, бьющиеся предметы.
- надевать чистую санитарную одежду, подбирать волосы под колпак (косынку) или надевать специальную сеточку для волос;
- работать в чистой санитарной одежде, менять ее по мере загрязнения;
- после посещения туалета мыть руки с мылом;
- не принимать пищу на рабочем месте.

2. При работе с ножом соблюдать осторожность, беречь руки от порезов, правильно держать руки и нож при обработке продуктов. Нож хранить в специальном чехле, нельзя хранить нож, закладывая его за фартук, оставлять нож во время перерыва в работе в обрабатываемом сырье или на столе без футляра, проверять остроту лезвия рукой. Передавать нож можно, положив его на поверхность стола ручкой в сторону того, кому передают.

При переносе ножа по цеху его держат вдоль ноги, прижав к бедру, острием вниз и лезвием назад. Или нож оборачивают полотенцем и переносят лезвием вниз.

3. Запрещается опираться на мусат при правке ножа. Править нож о мусат следует в стороне от других работников;
4. Во время работы работник должен стоять прямо, не сутулясь. Неправильное положение корпуса вызывает быструю утомляемость.
5. Выполнять только ту работу, по которой прошел обучение, инструктаж по охране труда и к которой допущен лицом, ответственным за безопасное выполнение работ.
6. Использовать маркированные разделочные доски только предназначенные для этого продукта.

# **Процент отходов перца и баклажана.**

**Перец-25%**

**Баклажан-20%**

## **Фарширование.**

Для фарширования чаще всего используют:  
кабачки, перец, баклажаны, помидоры и капусту.

**Перец** промывают, делают надрез вокруг плодоножки и удаляют плодоножку вместе с семенами, снова промывают, охлаждают и наполняют фаршем. Обработанные **баклажаны** разрезают вдоль пополам или поперек на цилиндры, вынимают мякоть вместе с семенами и наполняют фаршем. Мелкие баклажаны можно фаршировать целиком.

# ОТЗЫВ

Я очень рада, что мне удалось побывать в гостинице Holiday Inn Сущевский. Там, я, смогла повисить свое мастерство готовки. Также, я, познакомилась с новыми, знающими свое дело, людьми. Они продемонстрировали мне умение работать с оборудованием. Мне все понравилось.



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ  
<<ПЕРВЫЙ МОСКОВСКИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ  
КОМПЛЕКС>>

(ГБПОУ 1-й МОК) ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ №12 ПО  
ПМ.01 <<ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ >>;  
ПМ.03 << ПРИГОТОВЛЕНИЕ СУПОВ И СОУСОВ >>  
19.01.17 ПОВАР, КОНДИТЕР  
2 СЕМЕСТР

1. Приготовить рассольник ленинградский, с учетом рационального использования сырья и с соблюдением безопасных условий труда и санитарно-гигиенических норм на рабочем месте.
2. Приготовить соус красный основной с учетом рационального использования сырья и с соблюдением безопасных условий труда и санитарно-гигиенических норм на рабочем месте.
3. Приготовить рагу овощное с учетом рационального использования сырья и с соблюдением безопасных условий труда и санитарно-гигиенических норм на рабочем месте.

# ИНСТРУКЦИОННО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование блюда: «рассольник Ленинградский»

Наименование продуктов	Масса		Оборудование, Инструменты, Инвентарь	Технология приготовления, оформление, отпуск	Требования к качеству	Безопасные условия труда
	брутто	нетто				
Картофель	320	320	Электрическая плита, производственный стол, производственная ванна, весы, кастрюли, сковородки, шумовка, черпаки, доски<<СО>> ножи<<СО>> посуда для отпуска.	Картофель нарезают брусочками, морковь, лук, огурцы-соломкой. В кипящий бульон кладут подготовленный рис, доводят до кипения, закладывают картофель, варят до полуготовности, кладут пассированные овощи, затем припущенные огурцы, специи,вливают огуречный рассол, кладут соль и варят до готовности. При отпуске в тарелку кладут мясо наливают рассольник, кладут сметану и зелень.	Во всех видах рассольников овощи должны сохранить форму нарезки, на поверхности блески жира. В ленинградском рассольнике крупа должна быть хорошо разваренной. Вкус-огуречного рассола в меру соленный. Бульон-бусцветный или слегка мутный. Консистенция овощей мягкая, огурцов-слегка хрустящая.	Соблюдение личной гигиены повара. <b>-перед началом работы</b> организовать рабочее место, включить электроплиту <b>-во время работы</b> соблюдение безопасных приемов труда при работе с электроплитой, ножом <b>- по окончании работы</b> убрать рабочее место, выключить электроплиту
Петрушка (корень)	80	80				
Сельдерей (корень)	15	15				
Репчатый лук	48	48				
Лук зеленый	53	53				
Огурцы соленые	67	67				
Щавель	53	53				
Маргарин	20	20				
Бульон или вода	750	750				
<b>Выход готового блюда</b>	-	1000				

# ИНСТРУКЦИОННО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование блюда: «соус красный основной»

Наименование продуктов	Масса		Оборудование, Инструменты, Инвентарь	Технология приготовления, оформление, отпуск	Требования к качеству	Безопасные условия труда
	брутто	нетто				
Вода кипяченая	1000	1000	Электрическая плита, производственный стол, производственная ванна, весы, кастрюли, сковородки, сотейник, сито, блендер, венчик, разливательная ложка, доски<<СО>> ножи<<СО>> посуда для отпуска	Морковь, лук, петрушку мелко нарезают, пассируют 5-10 мин., вводят томатное пюре и вновь пассируют. Воду доводят до кипения, вливают в нее разведенную пассировку, доводят до кипения, закладывают пассированные овощи с томатным пюре и варят около часа при слабом кипении. За 10 мин до конца варки в соус добавляют соль, сахар, специи. Затем брендируют. Чтобы зацепить кладу кусочек масла.	Качество соуса определяют по консистенции, цвету, вкусу, аромату. Горячие соусы с мукой должны иметь консистенцию жидкой сметаны, однородными, без комков. Красный основной соус должен иметь кисло-сладкий привкус и запах лука, моркови, петрушки, перча, лаврового листа.	Соблюдение личной гигиены повара. <b>-перед началом работы</b> организовать рабочее место, включить электроплиту <b>-во время работы</b> соблюдение безопасных приемов труда при работе с электроплитой, ножом <b>- по окончании работы</b> убрать рабочее место, выключить электроплиту
Масло сливочное	25	25				
Мука пшеничная	50	50				
Томатное пюре	150	150				
Морковь	100	100				
Репчатый лук	36	36				
Петрушка (корень)	20	20				
Сахар	20	20				
<b>Выход готового блюда</b>		1000				

# ИНСТРУКЦИОННО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Наименование блюда: «рагу овощное»

Наименование продуктов	Масса		Оборудование, Инструменты, Инвентарь	Технология приготовления, оформление, отпуск	Требования к качеству	Безопасные условия труда
	брутто	нетто				
Картофель	67	67	Электрическая плита, производственный стол, производственная ванна, весы, кастрюли, сковородки, доски<<СО>> ножи<<СО>> посуда для отпуска	Картофель сырой нарезают кубиками или дольками и обжаривают, морковь и лук репчатый нарезают дольками, пассируют, капусту белокочанную нарезают шашками и припускают, кабачки нарезают кубиками, обжаривают или используют сырыми. Подготовленные морковь, лук, соединяют с картофелем, заливают соусом, тушат 10-15 мин., кладут кабачки, капусту и продолжают тушить 15-20мин. За 5 мин. до окончания тушения кладут соль, перец, лавровый лист, растертый чеснок и доводят до готовности. При отпуске рагу кладут в баранчик или на порционную сковородку, поливают маслом, посыпают зеленью.	Тушеные овощи должны иметь кусочки одинаковой формы и размеров. Консистенция-мягкая, сочная, у капусты допускается упругая. Допускается часть разварившегося картофеля.	Соблюдение личной гигиены повара. <b>-перед началом работы</b> организовать рабочее место, включить электроплиту <b>-во время работы</b> соблюдение безопасных приемов труда при работе с электроплитой, ножом <b>- по окончании работы</b> убрать рабочее место, выключить электроплиту
Морковь	50	50				
Петрушка (корень)	13	13				
Репчатый лук	36	36				
Капуста свежая белокочанная	38	38				
Масло подсолнечное	10	10				
Соус красный основной	75	75				
Кабачки	45	45				
Чеснок	1	1				
Перец черный горошком	0,05	0,05				
Лавровый лист	0,02	0,02				
Сливочное масло	5	5				
<b>Выход готового блюда</b>						

