



Званый ужин  
Колесник Ксения 6В

# Потребность

## ь

- Во-первых я очень люблю готовить
- Во-вторых я никогда не готовила ужин, и поэтому я хочу научиться это делать

# Задачи

- Определения предпочтений
- Составление меню
- Выбор ингредиентов и инструментов
- Приготовление блюд
- Сервировка
- Оценка выполненной работы

# Критерии

- Рациональность питания
- Экономическая рентабельность
- Оформление и сервировка
- Доступность ингредиентов и инструментов

# Исследования

Состав семьи	Возраст	Расчёт сут. Эн. потреб.	Предпочтения	Ограничения
Я	11 лет Ученик	2860 кКал	П г.б: морепродукты под соевым соусом Десерт: шоколадное мороженное Г.б: салат цезарь Напиток: кола	—
Старший брат (Даня)	12 лет Ученик	2860 кКал	П г.б: бургер с говяжей котлетой Десерт: макфлури с карамелью Г.б: салат цезарь Напиток:кола	Аллергия: мёд
Папа Физический	47 лет Физический труд	3400 кКал	П г.б: морепродукты под соевым соусом Десерт: шоколадное мороженное Г.б: салат столичный Напиток:газировка	—
Мама	37 лет Физический труд	2550 кКал	П г.б: морепродукты под соевым соусом Десерт: шоколадное мороженное Г.б: салат столичный Напиток: газировка	—



# Меню