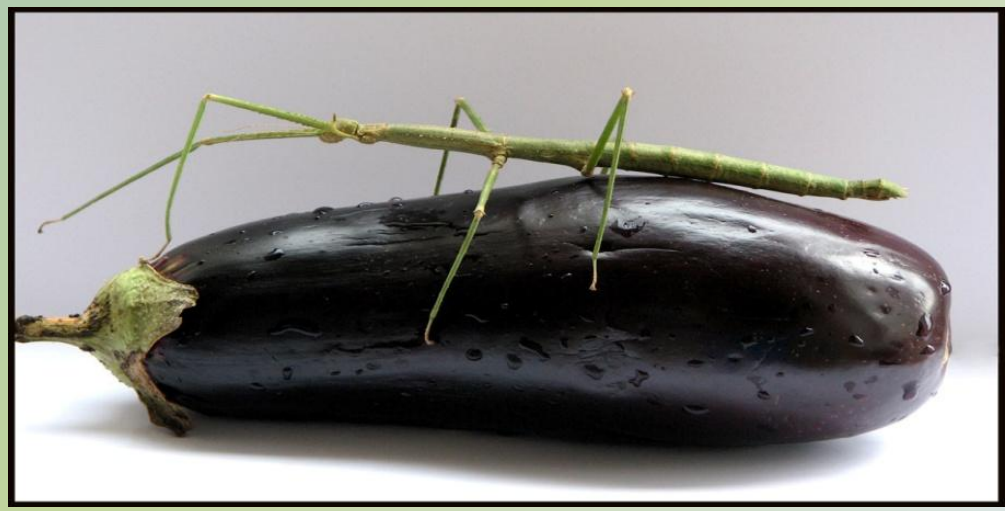
Приложение 1

# Путешествие от грядки к столу

# Загадки с грядки



*На какие группы можно разделить овощные культуры?*

**Корнеплоды**

**Капустные**

**Плодовые овощи**

**Луковичные**

**Зеленные**

# *Сопоставьте группы овощных растений и овощные культуры*

- Корнеплоды
- Капустные овощные
- Плодовые овощные
- Луковичные овощные
- Зеленные овощи

- Укроп, салат, петрушка
- Огурец, томат
- Свёкла, морковь
- Капуста кочанная, цветная
- Лук, чеснок

- Печень рыбы;
- Сливочное масло;
- Сливки и молоко;
- Яйца;
- Овощи:

  - морковь,
  - сладкий перец,
  - томаты,
  - зелёный лук,
  - укроп,
  - петрушка

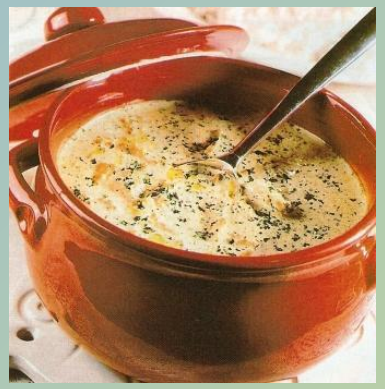
# Витамины группы "В"

- Ржаной хлеб;
- Пшеничный хлеб;
- Хлеб из цельного зерна;
- Овсяная крупа;
- Гречневая крупа;
- Бобовые (фасоль, горох, бобы и т.д.);
- Мясные продукты.

# Витамины группы "С"

- Шиповник;
- Облепиха;
- Чёрная смородина;
- Калина;
- Клубника
- Цитрусовые;
- Сладкий перец;
- Зелень;
- Томаты;
- Капуста и др.

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОВОЩЕЙ



# Санитарно –гигиенические требования

1. Необходимо готовить пищу в специальной одежде. Руки должны быть тщательно вымыты щеткой с мылом, ногти коротко острижены, волосы убраны под косынку.
2. При первичной обработке овощей и фруктов следует мыть их под струей воды, поместить их в дуршлаг, проточная вода лучше смоет грязь.
3. Если овощи не подвергаются тепловой обработке, после мытья их ополаскивают кипяченой водой, чтобы на поверхности не осталось микробов.
4. Нарезку сырых и вареных овощей надо производить на разных разделочных досках.

# Правила техники безопасности при пользовании ножом , кухонными приспособлениями

***1. Опасности в работе:***

- порезы;
- травмы рук;
- ушибы.

***2. Что нужно сделать до начала работы:***

- подготовить инструменты и приспособления к работе.

***3. Что нужно делать во время работы:***

- работать только хорошо заточенным ножом;
- пользоваться ножом осторожно;
- передавать нож (вилку) только ручкой вперед;
- не поднимать нож высоко над разделочной доской.

***4. Что нужно делать по окончанию работы:***

- Вымыть, просушить и убрать инструменты и приспособления.

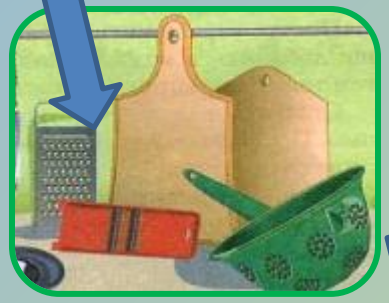
**Правильные приемы работы**

***при работе***

***при передаче***

# Технологическая последовательность приготовления салатов

1.Подготовить посуду, инвентарь и приспособления



2.Подготовить овощи (промыть, очистить)

3.Выполнить нарезку, шинковку

4.Заправить салаты (специями, майонезом, маслом растительным)

5. Оформить салат

# Угадайте слово!

- К У Т С А П А
- А Т А С Л
- П У Р К О
- Ц О Г Е Р У
- Ь О М Р В О К

# МОЛОДЦЫ!