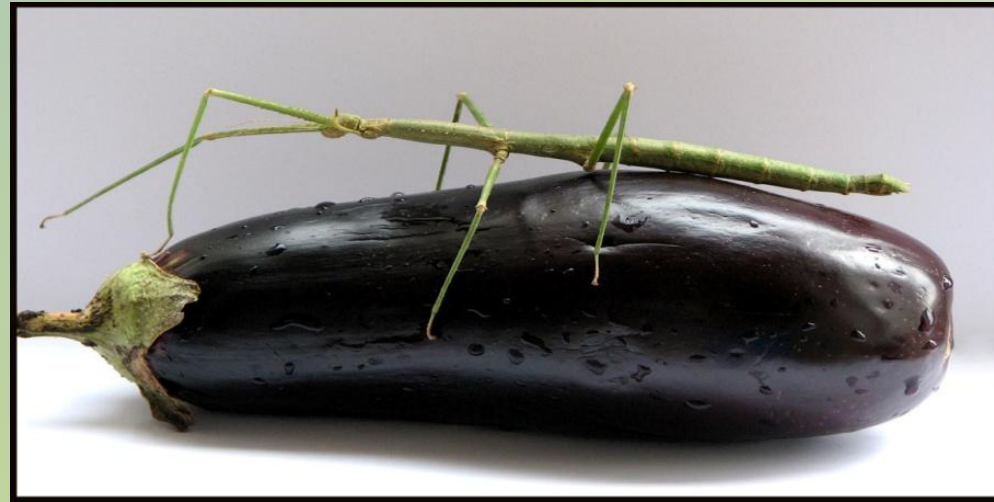


Путешествие от грядки к столу



Загадки с грядки





*На какие группы можно
разделить овощные культуры?*

Корнеплоды

Капустные

Плодовые овощи

Луковичные

Зеленные

Сопоставьте группы овощных растений и овощные культуры









- Печень рыбы;
- Сливочное масло;
- Сливки и молоко;
- Яйца;
- Овощи:
 - морковь,
 - сладкий перец,
 - томаты,
 - зелёный лук,
 - укроп,
 - петрушка

Витамины группы "В"



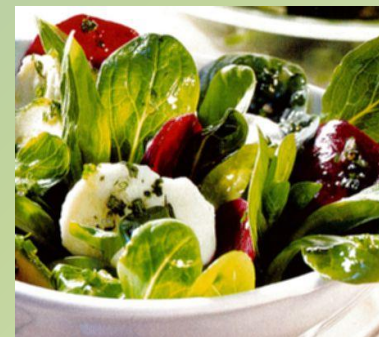
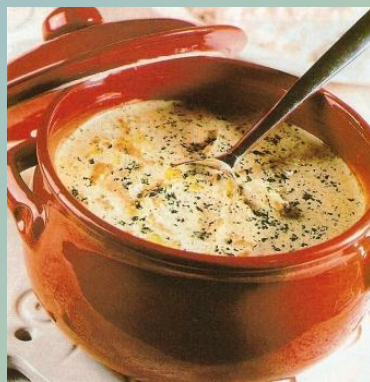
- Ржаной хлеб;
- Пшеничный хлеб;
- Хлеб из цельного зерна;
- Овсяная крупа;
- Гречневая крупа;
- Бобовые (фасоль, горох, бобы и т.д.);
- Мясные продукты.

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 смывает 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 окончании работы:

- Вымыть, просушить и убрать инструменты и приспособления.

Правильные приемы работы



при работе

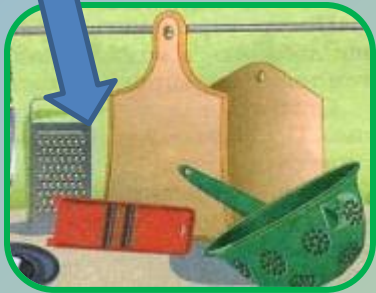


при передаче

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!

