



Міністерство освіти і науки України

ДЕРЖАВНИЙ БІОТЕХНОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет переробних і харчових виробництв

Кафедра харчових технологій в ресторанній індустрії

ГАСТРОНОМІЧНА КУЛЬТУРА ЯК ЗАСІБ КОМУНІКАЦІЙ

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ТА ЗАВДАННЯ ДЛЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

*для студентів факультету переробних і харчових виробництв
ступеня вищої освіти бакалавр
денної та заочної форм навчання*

Харків
ДБТУ
2022

Схвалено
на засіданні кафедри харчових технологій в ресторанній індустрії
Протокол від «30» серпня 2022 р. № 1.

Затверджено
рішенням Науково-методичної комісії ФПіХВ ДБТУ
Протокол № 1 від 01.09.2022 р. № 1

Рецензент:

Н.В. Чорна к.т.н., доцент кафедри харчових технологій в ресторанній індустрії
Державного біотехнологічного університету

Методичні рекомендації та завдання для практичних занять з дисципліни
«Гастрономічна культура як засіб комунікацій» для студентів спеціальності
181 «Харчові технології» ОПП «Харчові технології в ресторанній індустрії»
ступеня вищої освіти бакалавр денної та заочної форми навчання/ укладач
Радченко А.Е. Харків: ДБТУ, 2022. 56 с.

Відповідальні за випуск: Радченко А.Е., к.т.н., доцент

© Радченко А.Е., укладач, 2022
© Державний біотехнологічний
університет, 2022

ЗМІСТ

Вступ.....	4
Мета та завдання практичних занять з дисципліни «Гастрономічна культура як засіб комунікацій»	4
Практичне заняття №1 «Загальна характеристика компонентів харчування як основних харчових речовин»	6
Практичне заняття №2 «Культура харчових раціонів та теорії харчування»	9
Практичне заняття №3 «Гастрономічна культура як психологічна сфера життя людини: духовні та емоційні складові культури харчування»	11
Практичне заняття №4 «Емоційне сприйняття їжі – основа формування оцінки якості. Основні показники якості, органолептична оцінка»	14
Практичне заняття №5 «Культура споживання: застільний етикет, правила поведінки за столом, культура діалогу»	16
Завдання для самостійної роботи студентів (тематика рефератів з дисципліни «Гастрономічна культура як засіб комунікацій»)	19
Система поточного і підсумкового контролю знань студентів	21
Рекомендована література	24
Додатки	26

ВСТУП

Гастрономічна культура – це культурно специфічна система норм, принципів і зразків, що втілюється в способи приготування їжі, наборі прийнятих в даній культурі продуктів і їх поєднаннях, практиці споживання їжі, а також рефлексії над процесами приготування і вживання їжі.

Структура гастрономічної культури складається з трьох елементів – кулінарної культури, культури прийняття їжі і гастрономічної рефлексії.

Енциклопедичне трактування терміну «культура» характеризує історично визначений рівень розвитку суспільства та людини, що виражається в типах і формах організації життя та діяльності людей, їх матеріальних та духовних цінностях, які відображають рівень матеріального та духовного розвитку.

Технологія харчування є однією з важливіших та невід’ємних частин діяльності людини і суспільства, тому і є частиною загальної культури і характеризується організацією харчування у відповідності з фізіологічними та естетичними вимогами, що віддзеркалюють рівень матеріального та духовного розвитку суспільства.

Дисципліна «Гастрономічна культура як засіб комунікацій» формує у студентів новий підхід до розуміння щодо системи харчування сучасної людини як невід’ємної частини всієї культури та цивілізації.

Автор висловлює подяку Ботштейн Беллі Борисівні за надані навчально-методичні матеріали, які використано під час розробки даних методичних вказівок.

Мета та завдання практичних занять з дисципліни «Гастрономічна культура як засіб комунікацій»

Метою вивчення дисципліни «Гастрономічна культура як засіб комунікацій» є надання базових уявлень, вивчення та закріплення знань в області системи харчування сучасної людини з позиції гастрономічної культури, що сприяють розвитку загальної культури особистості, схильності до етичних цінностей та уміння їх використовувати в професійній діяльності.

У межах професійної підготовки фахівців головним завданням підготовки є надання студентам базових знань з основ гастрономічної культури.

Метою практичних занять є забезпечення опанування студентами системи знань, умінь й навичок й та набуття відповідних компетенцій, зокрема:

– загально-професійних, які передбачають набуття студентами знання і розуміння предметної області та професійної діяльності; здатності вчитися і оволодівати сучасними знаннями; здатність до пошуку та аналізу інформації з різних джерел; здатності оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт; здатності працювати в команді; здатності працювати автономно. здатності зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку

суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для забезпечення здорового способу життя;

– спеціально-професійних, зокрема, здатності формувати комунікаційну стратегію в галузі харчових технологій та ресторанній індустрії, вести професійну дискусію.

Завданням вивчення дисципліни «Гастрономічна культура як засіб комунікації» є:

– формування знань студентів з історичних джерел зародження та розвитку гастрономії;

– формування у студентів вміння пошуку та узагальнення отриманих відомостей про гастрономічну культуру як індикатор розвитку суспільства та засобу комунікацій у сучасному світі;

– підготовка студентів до оволодіння знаннями в області гастрономічної культури як фізіологічної потреби життєзабезпечення людини;

– формування у студентів поняття про перші ресторани, шеф-кухарів та гастрономію, великий бізнес і гомогенізацію харчових продуктів.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен знати:

– основні історичні фактори, які формували та визначали розвиток гастрономії в світі;

– основні види харчування, їх характеристики та особливості;

– загальні правила застольного етикету;

– навиків визначення органолептичних показників.

вміти:

– характеризувати ступінь корисності продукту та впливу на здоров'я людини;

– розраховувати харчову, енергетичну цінність сировини та страви;

– характеризувати та пояснювати раціони харчування;

– аналізувати режими харчування;

– коментувати правила поведінки за столом;

– придбати загальні вміння з мистецтва оформлення страв та дизайну стола.

Місце проведення практичних занять: лабораторії кафедри технології харчування або on-line.

Практичне заняття №1

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА КОМПОНЕНТІВ ХАРЧУВАННЯ ЯК ОСНОВНИХ ХАРЧОВИХ РЕЧОВИН

*Наші харчові речовини мають бути лікувальним засобом,
а наші лікарські засоби мають бути харчовими речовинами.*

Гіттократ

Мета заняття: вивчення характеристики харчових речовин та їх функціональних властивостей; набуття понять щодо харчової та енергетичної цінності сировини та страв.

Завдання заняття:

- освоїти та закріпити навички щодо надання характеристики харчових речовин та їх функціональних властивостей;
- освоїти методику та призначення розрахунку харчової та енергетичної цінності продуктів харчування та страв згідно нормативних джерел [8,9].

Питання до практичного заняття

1. Роль харчування у житті людини.
2. Характеристика основних харчових речовин їжі.
3. Характеристика та функціональні властивості білків.
4. Характеристика та функціональні властивості жирів.
5. Характеристика та функціональні властивості вуглеводів.
6. Характеристика та функціональні властивості мінеральних речовин.
7. Характеристика та функціональні властивості вітамінів.
8. Характеристика та функціональні властивості ферментів.
9. Характеристика та функціональні властивості води.
10. Харчова цінність харчових продуктів.
11. Енергетична цінність харчових продуктів.
12. Біологічна цінність харчових продуктів.
13. Нутрієнтно-енергетичний баланс.
14. Характеристика понять «асиміляція», «дисиміляція».

Алгоритм виконання практичного заняття:

Відповідно до варіанту надати характеристику харчових речовин та їх функціональні властивості. Дані занести до табл. 1.1.

Приклад заповнення наведено у додатку А.

Наступним етапом формування навичок щодо надання характеристики харчових речовин є розрахунок та порівняння харчової цінності двох видів сировини. Для розрахунків необхідно використати нормативну документацію, таблиці хімічного складу харчових речовин під редакцією А.А. Покровського.

Результати розрахунків занести до табл. 1.2.

Дані до варіанту наведено у додатку А (табл. А.2) (варіант 1: морква-

буряк).

Таблиця 1.1 – Характеристика властивостей харчових речовин

№ варіанту	Назва харчових речовин	Функціональні властивості харчових речовин	Продукти, в яких містяться харчові речовини

Таблиця 1.2 – Порівнювальна характеристика харчової цінності поживних речовин

Харчові речовини	Назва сировини			
	№1		№2	
	на 100 г	згідно варіанту	на 100 г	згідно варіанту
Білки				
повноцінні				
неповноцінні				
Жири				
Лецитин				
Холестерин				
Вуглеводи				
моно- та дисахариди				
клітковина				
крохмаль				
пектинові речовини				
Мінеральні речовини:				
фосфор				
магній				
натрій				
калій				
залізо				
фтор				
цинк				
йод				
Вітаміни:				
А (ретинол)				
В ₁ (тіамін)				
В ₂ (рибофлавін)				
В ₃ (РР) (ніацин)				
В ₄ (холін)				
В ₅ (пантатенова кислота)				

Харчові речовини	Назва сировини			
	№1		№2	
	на 100 г	згідно варіанту	на 100 г	згідно варіанту
В ₆ (піридоксин)				
В ₇ (біотин)				
В ₉ (фолієва кислота)				
С (цитринова кислота)				
Ферменти				
Вода				
Енергетична цінність, ккал				

Харчова цінність їжі визначається кількісним та якісним складом сировинних компонентів, що містяться у страві. Тому наступним етапом проводимо розрахунок харчової цінності страви за варіантом.

Варіанти страв для розрахунків надано у додатку А (табл. А.3).

Результати розрахунків зводимо до табл. 1.3.

Таблиця 1.3 – Розрахунок харчової та енергетичної цінності страви згідно варіанту

Найменування сировини	Брутто, г	Нетто, г	За даними [7] на 100 г за масою нетто, г				Вихід за варіантом	Розрахунок за варіантом			
			білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	ккал
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.											
2.											
3...											
Вихід		1000					варіант				

Для проведення розрахунків використати таку послідовність:

– дані рецептурного складу страви (згідно варіанту) занести до табл. 1.3 в колонки 2 і 3;

– визначити кількісний склад харчових речовин сировинних компонентів рецептури на 100 г. Для визначення даних необхідно використати літературні джерела, зокрема таблицю хімічного складу харчових продуктів [7] і заповнити колонку 4 (верхню частину);

– розрахувати кількісний склад харчових речовин сировинних компонентів рецептури за колонкою «нетто». Дані перерахунку кількісного складу харчових речовин (білків, жирів, вуглеводів) рецептурних компонентів страви за варіантом занести до колонки 4 (нижня частина);

– згідно виходу страви (за варіантом) провести розрахунок кількості кожного сировинного компонента рецептури за масою нетто (колонка 8);

– провести розрахунок кількісного складу харчових речовин згідно колонки №8; результати розрахунків занести до колонок 9-11.

Визначити енергетичну цінність страви. Дані розрахунків занести до колонок 7 (дані з НД) і 12 (розрахункові) на вихід за варіантом.

Заключний етап практичного заняття:

1. Виконати аналіз результатів розрахунків харчової і енергетичної цінності сировини та страви за варіантом.

2. Сформулювати висновки до практичного заняття стосовно досягнення поставленої мети.

Практичне заняття №2

КУЛЬТУРА ХАРЧОВИХ РАЦІОНІВ ТА ТЕОРІЇ ХАРЧУВАННЯ

*"Здоровий НЕ означає голодувати себе НІКОЛИ.
Здоровим є вживання правильної їжі в потрібній кількості".
Карен Салмансон*

*"Їжа, яку ви їсте, може бути або найбезпечнішою та найпотужнішою
формою ліків, або найповільнішою формою отрути".
Енн Вігмор*

Мета заняття: оволодіння і закріплення знань про гастрономічну культуру як складову основ теорій харчування її типів та традицій.

Завдання заняття:

- розкрити суть різних теорій харчування;
- визначити основні характерні ознаки та відмінності пірамід харчування, а також провести аналіз інтерпретацій пірамід харчування;
- зробити аналіз та характеристику цитат, прислів'їв, приказок про здорове харчування.

Питання до практичного заняття

1. Основні поняття про харчові раціони.
2. Добовий харчовий раціон людини; фактори, що формують добові раціони.
3. Поняття «режим харчування». Культура розподілу добового раціону.
4. Концепції харчування та їх альтернативні види.

Алгоритм практичного заняття:

Надати характеристику різноманітних теорій харчування.

Розкрити їх сутність у виді опису та визначити елементи їжі, що притаманні даній теорії.

Результати аналітичних досліджень занести до табл. 2.1.

Таблиця 2.1 – Характеристика теорій харчування

№ з/п	Назва теорії харчування	Короткий опис	Їжа (страви, напої, кулінарні вироби)
1	Антична теорія харчування		
2	Теорія збалансованого харчування		
3	Теорія адекватного харчування		
4	Концепція спрямованого (цільового) харчування		
5	Концепція індивідуального харчування		
6	Вегетаріанство		
7	Лікувальне голодування		
8	Теорія харчування предків		
9	Теорія роздільного харчування		
10	Теорія головного харчового чинника		
11	Концепція індексів харчової цінності		
12	Концепція «живої» енергії		
13	Концепція «уявних» ліків		
14	Харчування в різних зонах заселення		

Використовуючи літературні або другі аналітичні джерела, виявити інтерпретації пірамід харчування та їх основні відмінності. Визначити основні концепції пірамід харчування та описати історію їх змін.

Результати самостійних аналітичних досліджень занести до табл. 2.2.

Таблиця 2.2 – Характеристика та аналіз інтерпретацій пірамід харчування

Піраміди харчування	Характеристика змісту	Висновки, щодо основних відмінностей та історії створення

Використовуючи літературні або інші аналітичні джерела, визначити цитати, прислів'я, приказки (не менш 15), що відображають значення здорового харчування. Пояснити сенс та роль цитат, прислів'їв, приказок.

Результати самостійних аналітичних досліджень занести до табл. 2.3.

Таблиця 2.3 – Характеристика та аналіз цитат, прислів'їв, приказок про здорове харчування

Прислів'я, приказки, цитати	Характеристика змісту	Висновки, щодо сенсу

Заключний етап практичного заняття:

1. Провести аналіз результатів характеристики теорій харчування, інтерпретацій пірамід харчування
2. Провести аналіз цитат, прислів'їв, приказок про здорове харчування
3. Сформувати висновки до практичного заняття стосовно досягнення поставленої мети.

Практичне заняття №3

ГАСТРОНОМІЧНА КУЛЬТУРА ЯК ПСИХОЛОГІЧНА СФЕРА ЖИТТЯ ЛЮДИНИ: ДУХОВНІ ТА ЕМОЦІЙНІ СКЛАДОВІ КУЛЬТУРИ ХАРЧУВАННЯ

*«Ми живемо не для того, щоб їсти,
а їмо для того, щоб жити».*
Сократ

Мета заняття: визначити та закріпити уявлення про гастрономічну культуру як складову духовної культури народу.

Завдання заняття:

- розкрити значення гастрономічної культури як елемента психологічної сфери життя людини;
- визначити розуміння щодо гастрономічної культури як основи народних традицій, обрядів, ритуалів, церемоній;
- ознайомитись з елементами народної мудрості – прислів'ями, приказками, частівками як зародками культури харчування;
- придбати знання щодо мистецтва великих художників, поетів, філософів, політиків про культуру харчування.

Питання до практичного заняття

1. Гастрономічна культура як елемент духовної сфери життя людини.
2. Харчові коди в основних релігіях.
3. Система харчування у християнстві, іудаїзмі, буддизмі, ісламі.
4. Харчування як складова народних традицій, обрядів, ритуалів, церемоній.
5. Кулінарні пам'ятники – поварені книги як історичний культурний спадок.

Алгоритм практичного заняття:

Надати характеристику певних традицій, обрядів, ритуалів, церемоній згідно варіанту, що надано у додатку Б.

Розкрити сутність народної дії у виді опису та визначити елементи обрядової їжі, що притаманні даній дії.

Результати аналітичності досліджень занести до табл. 3.1.

Продовжити перелік народних сімейних чи календарних свят з фото-відображенням кулінарної обрядової їжі. Дані занести до табл. 3.1.

Візуальне відображення представити у вигляді міні-альбому.

Таблиця 3.1 – Характеристика кулінарних складових, щодо народних обрядів, традицій, свят

№ з/п	Назва народної дії (обряди, традиції, свята)	Короткий опис дії	Обрядова їжа (страви, напої, кулінарні вироби)
1	Пасха		
2	Різдво		Кутя, гусак, пиріг з корицею
3	Весілля		Коровай, сіль, торт
4	Масляна	Народний святковий обряд, що зберігається у слов'ян з язичницьких часів, пов'язаний з проводами зими і зустріччю весни. Назва пов'язана з тим, що в останній тиждень перед великим Постом дозволяється вживання в їжу вершкового масла, молочних продуктів та риби. Разом з круглим, рум'яним млинцем	

Використовуючи літературні або другі аналітичні джерела, визначити прислів'я, приказки, частівки (не менш 15), що відносяться до народного кулінарного фольклору. Визначити роль народних висловлювань щодо кулінарного фольклору як основи народної мудрості. Пояснити сенс прислів'я, приказки, частівки.

Результати самостійних аналітичних досліджень занести до табл. 3.2.

Ознайомитись з кулінарними пам'ятниками – поварськими книгами, інвентарем, посудом, білизною тощо. Визначити назви, авторів та короткий зміст літературних джерел кулінарного мистецтва – поварських книг. Дані занести до табл. 3.3.

Надати характеристику кулінарним матеріальним пам'яткам, пов'язаним з процесом приготування їжі (інвентарем, посудом, білизною тощо). Результати досліджень занести до табл. 3.4.

Надати характеристику репродукціям великих художників світу, що відобразили у художніх полотнах культуру їжі.

Згідно варіанту та переліку репродукцій, що надано у додатку В, визначити сенс даного відображення, елементи кулінарної тематики, почуття та думку, що виникають при аналізі певної репродукції.

Результати аналітичних досліджень занести до табл. 3.5.

Таблиця 3.2 – Характеристика та аналіз народного кулінарного фольклору

Прислів'я, приказки, частівки	Характеристика змісту	Висновки, щодо сенсу народної мудрості
Щі да каша – їжа наша Кашу маслом не зіпсуєшь Без хлібу та без каші ні в що і труди наші Мал Горщик та кашу варить		Висвітлення значення хліба і каші у житті людини

Таблиця 3.3 – Характеристика кулінарних літературних пам'ятників

Назва поварської книги	Автор	Основні положення

Таблиця 3.4 – Характеристика та аналіз кулінарних історичних пам'ятників

Найменування інвентарю, посуду, білизни	Роль при приготуванні їжі	Сучасний аналог

Таблиця 3.5 – Характеристика та аналіз художніх репродукцій з елементами культури їжі

Назва репродукції	Характеристика, сенс	Елементи кулінарної тематики	Висновки

Скласти словник традиційних українських страв з коротким описом приготування (5-6 найменувань) та надати особливості що притаманні національній їжі. Інформацію оформити у вигляді табл. 3.6.

Таблиця 3.6 – Словник традиційних українських страв

Назва страви	Спосіб приготування	Особливість народної їжі

Заключний етап практичного заняття:

1. Провести аналіз результатів характеристики народних обрядів, традицій, свят, народного кулінарного фольклору.
2. Провести аналіз кулінарних літературних та історичних пам'яток, художніх репродукцій з елементами культури їжі.
3. Сформувати висновки до практичного заняття стосовно досягнення поставленої мети.

Практичне заняття №4

ЕМОЦІЙНЕ СПРИЙНЯТТЯ ЇЖІ – ОСНОВА ФОРМУВАННЯ

ОЦІНКИ ЯКОСТІ. ОСНОВНІ ПОКАЗНИКИ ЯКОСТІ,

ОРГАНОЛЕПТИЧНА ОЦІНКА

*Смак – естетична здатність людини до розрізнення,
розуміння і оцінки естетичних явищ
у всіх сферах життя і мистецтва.*

Мета заняття: визначити сучасні уявлення про емоційне сприйняття їжі як основу формування оцінки якості продукції.

Завдання заняття:

- розкрити сутність поняття «якість продукції»;
- визначити шляхи формування якісних показників продукції;
- ознайомитись з методами визначення показників якості кулінарної продукції;
- одержати елементарні навички з проведення органолептичної оцінки якості їжі (страв та кулінарної продукції).

Питання до практичного заняття

1. Характеристика поняття «смак».
2. Природа виникнення та значення смакових відчуттів.
3. Коротка характеристика групи рецепторів, що пов'язана з відчуттям основного смаку.
4. Основні смакові відчуття.
5. Коротка характеристика групи рецепторів, що пов'язана з відчуттям не основного смаку.
6. Тактильні відчуття.
7. Органолептичні показники їжі (страв та кулінарної продукції).

Алгоритм практичного заняття:

Визначити основні смакові відчуття, їх природу виникнення та чутливі зони. Дані занести до табл. 4.1.

Таблиця 4.1 – Характеристика смакових відчуттів

№ з/п	Основні смакові відчуття	Чутливі зони	Природа виникнення

На основі суб'єктивного сприйняття і даних з літературних джерел заповнити табл. 4.2. Зразок заповнення таблиці наведено у додатку Г.

Таблиця 4.2 – Характеристика органолептичних показників їжі

Органолептичні показники	Палітра показників
Смак	
Колір	
Запах	
Консистенція	
Зовнішній вигляд	

Визначити групу та органолептичні показники страв до якої належить страва за варіантом (додаток Д).

Визначення органолептичних показників страви здійснювати на основі даних, що надано у додатку Є. Дані занести до табл. 4.3.

Таблиця 4.3 – Характеристика органолептичних показників якості страви\ за варіантом _____

№ з/п	Найменування страви	
	Органолептичні показники	Характеристика показників
1	Зовнішній вигляд	
2	Колір	
3	Запах	
4	Консистенція	
5	Смак	

Провести органолептичну оцінку страви за методом бальної оцінки з використанням коефіцієнта важливості (КВ) та заповнити табл. 4.4.

Приклад заповнення таблиці надається у додатку І.

Таблиця 4.4 – Органолептична оцінка методом бальної оцінки з використанням коефіцієнту вагомості (КВ)

№ з/п	Показники якості	Коефіцієнт вагомості	Бал	Множення
1				
2				
...				
n				
n+1	Загальна оцінка			

Оформити технологічну картку (зразок див. додаток К) на страву за варіантом. Дані для заповнення технологічної картки – результати розрахунків практичного заняття №1.

Заключний етап практичного заняття:

1. Провести аналіз результатів характеристики смакових відчуттів, органолептичних показників їжі
2. Провести аналіз органолептичної оцінки показників якості і бальної оцінки страви за варіантом
3. Сформулювати висновки до практичного заняття стосовно досягнення поставленої мети.

Практичне заняття №5 **КУЛЬТУРА СПОЖИВАННЯ: ЗАСТІЛЬНИЙ ЕТИКЕТ, ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ ЗА СТОЛОМ, КУЛЬТУРА ДІАЛОГУ**

*Етикет (від фр. *Étiquette* - етикетка, напис) – норми і правила, що відображають уявлення про належну поведінку людей суспільстві.*

Мета заняття: оволодіння і закріплення знань, умінь та навичок що до основ культури застільного етикету: правила споживання їжі та поведінки за столом, культура застільного діалогу.

Завдання при виконанні практичного заняття:

- сприяти закріпленню основних знань, умінь та навичок щодо основних правил споживання їжі;
- сформулювати та закріпити поняття що до етики поведінки за столом;
- навчити аргументувати та аналізувати застольну ситуацію з ціллю оволодіння основ культури застільного етикету.

Питання до практичного заняття

1. Значення понять «етикет», «застільний етикет», «хлібний етикет», «діалоговий етикет».
2. Основні правила підготовки стола до прийому їжі.
3. Правила поведінки за столом.
4. Особливості культури споживання страв за групами: холодні закуски,

супи, м'ясні страви, рибні страви, солодкі страви, напої, кондитерські вироби, фрукти.

5. Основи дизайну стола.

6. Естетичні вимоги до оформлення і подачі їжі.

Алгоритм виконання практичного заняття:

Ознайомитися з загальними правилами застольного етикету, використовуючи лекційний матеріал, літературні джерела та мережу Інтернет. Надати характеристику правилам прийому їжі за різними групами кулінарної продукції (варіанти завдань надано у додатку Л). Дані занести до табл. 5.1. Приклад заповнення таблиці надається.

Таблиця 5.1 – Характеристика правил споживання та естетики їжі

№ варіанту	Назва продукту чи групи кулінарної продукції	Правила споживання їжі (естетика їжі)	Проблемна ситуація, що виникає при недотриманні правил
1	Супи	<ul style="list-style-type: none">– визначення температури;– дотримання вмісту супу у ложці рівного одному прийому;– рухання ложки від себе чи з права на ліво;– прибирання залишків супу з денця ложки;– підносити ложку до рота з бокової лівої сторони;	<ul style="list-style-type: none">– «і проковтнути неможливо і тримати немає сил» – можливо ошпаритися;– забруднення одягу;– не зручно приймати їжу;– не зручно приймати їжу;
2			
3			

Вивчити та закріпити основні правила, що сприяють формуванню сучасного етикету стола. Надати характеристику предметам, що супроводжують підготовки стола до прийому їжі, вказати місце їх розташування. Результати виконаної роботи занести до табл. 5.2. Приклад заповнення таблиці надається.

З метою визначення рівня знань щодо естетики їжі та умінь аналізувати конкретну задачу, визначити та запропонувати мотивацію поведінки що адаптована до певної ситуації. Варіанти відповідних мотивацій та приклад заповнення надаються у табл. 5.3. Дані занести до табл. 5.3.

Самостійно визначити 10 аналогічних ситуацій, що характеризують етику поведінки за столом. Аналіз та висновки занести до табл. 5.4.

Таблиця 5.2 – Основні правила етикету стола

№ варіанту	Назва страви	Посуд	Прибори	Місце розташування
1	Супи	глибока тарілка на підставній	столова ложка	праворуч від тарілки увігнуті вниз
2	Бульйон	– чашка з одною ручкою на блюдці; – чашка з двома ручками на блюдці	Десертна ложка	праворуч від тарілки увігнуті вниз

Таблиця 5.3 – Мотивація застольної поведінки

№ з/п	Застільна ситуація	№ з/п	Мотивація поведінки	Висновки
1	Сидіти занадто далеко від краю стола	1	Оберегти скатертину і костюм від бризок	1/6
2	Класти лікті на стіл	2	Це знак (офіціанту, обслуговуючим особам) прибрати тарілку	
3	Серветку, призначену для індивідуального користування, потрібно розгорнути і покласти на коліна	3	Ці продукти не потрібно ділити ножем або виделкою, вони не бруднять пальців, рука стосується тільки одного шматка, який потім кладуть собі на тарілку або в чашку	
4	Хліб, печиво, тістечко, фрукти і цитрусові, цукор (якщо для нього не покладені щипці) беруть руками	4	Оберегти скатертину від забруднень	
5	Суп їдять, черпаючи ложкою від себе	5	Скільки, не проливши, можна піднести до рота	
6	Зачерпувати треба невелику кількість рідини	6	Можна забризкати костюм	
7	Охолоджувати суп, перемішуючи ложкою, не годиться, краще почекати, коли він трохи охолоне. Точно так само не можна дути в тарілку, чашку або ложку	7	Оберегти костюм чи сукню від крапель, бризок, крихт	

<i>№ з/п</i>	<i>Застільна ситуація</i>	<i>№ з/п</i>	<i>Мотивація поведінки</i>	<i>Висновки</i>
8	Закінчивши їсти суп, ложку треба залишити в тарілці	8	Можете стиснути сусіда	
9	Не варто нарізати відразу кілька шматочків м'яса	9	Знак того, що трапеза не закінчена і прибирати тарілку не треба	
10	Якщо доводиться тимчасово переривати їжу, щоб випити води, взяти хліба, покласти шматок м'яса, ніж і виделку кладуть на тарілку так, як їх тримали: ніж ручкою вправо, а вилку - уліво	10	Оберегти костюм чи сукня від крапель, бризок, крихт	
10	Закінчивши їжу, ніж і виделку кладуть в тарілку паралельно ручками вліво поруч один з одним	11	Можете закапати костюм соусом	
12	Закінчивши їсти суп, ложку треба залишити в тарілці	12	Скільки, не проливши, можна піднести до рота	

Таблиця 5.4 – Мотивація застольної поведінки

Застільна ситуація	Мотивація поведінки

Заключний етап практичного заняття:

1. Провести аналіз результатів характеристики правил споживання та естетики їжі, основних правил етикету стола.
2. Провести аналіз мотивації застольної поведінки.
3. Сформулювати висновки до практичного заняття стосовно досягнення поставленої мети.

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ

7.1 Форми та зміст навчального матеріалу, що є предметом самостійного опрацювання студентами

Відповідно до задач кредитно-модульної системи організації навчально процесу, самостійна робота студентів є однією з основних форм організації оволодіння навчальним матеріалом у вільний від обов'язкових навчальних

заняць час.

Самостійна робота студентів над навчальною дисципліною «Гастрономічна культура як засіб комунікацій» включає:

- опрацювання теоретичних основ лекційного матеріалу;
- вивчення окремих тем або питань, що передбачені для самостійного опрацювання.

Для самостійного опрацювання студентам запропоновано тематику рефератів з дисципліни «Гастрономічна культура як засіб комунікацій» та приблизний алгоритм виконання даних робіт.

7.2 Тематика рефератів з дисципліни «Гастрономічна культура як засіб комунікацій»

<i>№ з/п</i>	<i>Тематика реферату</i>	<i>Алгоритм виконання</i>
1	Особливості культури харчування народів Азії	I
2	Характеристика культури харчування та особливості страв країн Сходу. Японія	I
3	Особливості культури харчування країн Сходу. Китай	I
4	Особливості та характеристика культури харчування і страв Таїланду	I
5	Особливості традицій та культури харчування народів СНД	I
6	Історичний шлях розвитку традицій харчування слов'янських народів (Україна, Білорусія, Польща, Чехословаччина, Болгарія)	I
7	Національні напої на Русі: розсоли, кваси, меди, збитні, лісові чаї	I
8	Внесок Росії у світову культуру харчування	I
9	Традиція і культура харчування українського народу як фактор розвитку туризму	I
10	Особливості традицій та культури харчування народів Європи	I
11	Історико-національний чинник формування традицій і культур харчування народів Європи	I
12	Італія, Франція - основоположники розвитку культур харчування народів Європи	I
13	Характерні риси формування традицій і культур харчування народів Скандинавії	I
14	Кулінарне мистецтво народів Швеції, Норвегії, Фінляндії, Дані: культур харчування, кулінарні національні пристрасті	I
15	Вплив традицій і культур харчування народів Європи на світові традиції	I
16	Особливості та характеристика культури харчування Італійської кухні	I

<i>№ з/п</i>	<i>Тематика реферату</i>	<i>Алгоритм виконання</i>
17	Культури харчування і страв Грецької кухні Особливості та характеристика	I
18	Особливості національних традицій та культури харчування народів Австралії та Нової Зеландії	I
19	Особливості формування традицій та культури харчування країн Америки та Африки	I
20	Хліб і рис в життя народів країн	III
21	Прийоми і способи обробки харчової сировини	III
22	Сіль та здоров'я людини	II
23	Вода та її роль у харчуванні людини	II
24	Білки та її роль у харчуванні людини	II
25	Жири та їх роль у харчуванні людини	II
26	Вуглеводи та їх роль у харчуванні людини	II
27	Мінеральні речовини та їх роль у харчуванні людини	II
28	Вітаміни та їх роль у харчуванні людини	II
29	Соуси, приправи, прянощі як складова російського кулінарного мистецтва	III
30	Роль напоїв у формуванні традицій харчування	III
31	Історичні аспекти розповсюдження і вживання напоїв (чай, кава) в культурах народів світу	III
32	Національні особливості приготування та подачі чаю	III
33	Національні особливості приготування та подачі кави	III
34	Національні прохолодні напої народів світу	III
35	Традиції і культура споживання слабких і міцних алкогольних напоїв у країнах світу	III
36	Застілля, його сутність і історія розвитку	III
37	Особливості застілля народів Європи, Близького Сходу	III
38	Історичні аспекти російського застілля	III
39	Стили сервірування столу (французький, англійський та ін)	III
40	Меню - відображення національної традиції харчування	III
41	Значення харчування у народних звичаях	III
42	Значення культури харчування в еволюції людини	III
43	Релігія та харчування	III
44	Світові релігії та їх вплив на формування традицій і культур харчування народів світу	III
45	Традиції харчування в християнстві	III
46	Обрядове харчування в православ'я	III
47	Пост в православ'ї та його сутність	III
48	Особливості харчування в католицизмі та протестантизмі	III
49	Іудаїзм, його сутність і основні догмати	III
50	Кошарні і трэфні приписи на харчові продукти	III
51	Обрядове харчування в іудаїзмі	III

<i>№ з/п</i>	<i>Тематика реферату</i>	<i>Алгоритм виконання</i>
52	Харчові обряди і традиції харчування в ісламі	III
53	Характеристика харчових обрядів і традицій харчування в ісламських святах	III
54	Етика харчування мусульман	III
55	Індуїзм, його сутність і традиції в харчуванні	III
56	Буддизм, синтоїзм: їх сутність і зв'язок з харчуванням	III
57	Таємниці продуктів харчування	III
58	Історія виникнення традицій харчування	III
59	Клімато-географічні умови – основа формування традицій і культур харчування	III
60	Місцеві природні ресурси – чинник формування традицій у харчуванні	III
61	Вплив культурних і торгових зв'язків на процес формування культур і традицій харчування	III
62	Роль науки в процесі формування культур харчування народів світу	III
63	Іноземний вплив на традиції харчування	III
64	Історія формування і розвитку системи харчування	III
65	Здорове харчування – забута культура нації	III
66	Раціональне харчування – як основа культури харчування	III
67	Гастрономічна культура у сучасному суспільстві	III

План реферату I

Вступ.

1. Загальна характеристика національної кухні, продуктовий набір та основні страви.
2. Особливості культури харчування даного регіону.
3. Харчові заборони, властиві харчуванню у даному регіоні.
4. Культура споживання їжі у даному регіоні (національний столовий та кухонний посуд, столові прилади).

Висновки.

Список використаних джерел.

План реферату II

Вступ.

1. Характеристика харчової речовини, її властивості.
2. Характеристика продуктів, в яких міститься дані харчові речовини.
3. Значення харчової речовини в організмі людини.
4. Значення харчової речовини у харчуванні людини.

Висновки.

Список використаних джерел.

План реферату III

Вступ.

1. Характеристика та історія виникнення традицій харчування.
2. Правила та принципи здорового харчування.
3. Режими та правила харчового раціону людини.

Висновки.

Список використаних джерел.

СИСТЕМА ПОТОЧНОГО І ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ ЗНАТЬ СТУДЕНТІВ

1.1. Систему оцінювання знань студентів викладено у «Вимогах щодо оцінювання знань студентів ДБТУ».

1.2. Система контролю знань студентів з дисципліни «Гастрономічна культура як засіб комунікацій» складається з поточного контролю (ПМК), модульного і підсумкового контролю, які проводяться з метою оцінювання знань студентів на певному етапі навчання.

1.3. Поточний контроль (ПК) – поточне оцінювання рівня засвоєння студентами навчального матеріалу під час проведення аудиторних занять: практичних (ПЗ) та самостійної роботи (СР) $ПК = ПЗ + СР$

1.4. Кожний блок змістових модулів має бути обов'язково оцінений. Студент повинен позитивно скласти модульний контроль. Незадовільні оцінки складання модульного контролю вважаються академічною заборгованістю, яка не може бути компенсованою за рахунок позитивного складання інших блоків змістових модулів.

1.5. Точки контролю, максимальна та мінімальна бальна оцінка за видами занять та за виконання роботи зазначаються у тематичному плані дисципліни.

1.6. Технологія оцінювання знань студентів з дисципліни «Гастрономічна культура як засіб комунікацій»

Оцінювання знань студентів при поточному контролі (ПК)

Для підвищення рівня навчання з дисципліни передбачено застосування таких взаємодоповнюючих форм поточного контролю, як вибіркове опитування студентів на лекціях, опитування з тем, що винесені на самостійне опрацювання, контроль за виконанням завдань на практичних роботах, їх захист.

Оцінювання знань студентів при проведенні підсумкового контролю

Формою підсумкового контролю знань з дисципліни «Гастрономічна культура як засіб комунікацій» є залік. Проведення заліку передбачає оцінювання знань студентів за двобальною системою – «зараховано», «не зараховано».

Загальна підсумкова оцінка з дисципліни складається з суми балів за результатами поточного контролю знань та за виконання завдань, що виносяться на залік (за умов, що на залік студент набрав не менше 40 балів).

Якщо на заліку студент набрав менш 20 балів і він отримує незадовільну оцінку за результатами тестування (тобто «2»), загальна підсумкова оцінка включає лише результати поточного контролю.

Академічні успіхи студента визначаються за допомогою системи оцінювання, що використовується в університеті, а саме: оцінки виставляються згідно з таблицею співставлення шкал:

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
		залік
90...100	A	зараховано
82...89	B	
74...81	C	
64...73	D	
60...63	E	
35...59	FX	не зараховано з можливістю повторного складання
1...34	F	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

1.7. Студентам, які брали участь в поза навчальній науковій діяльності – в роботі конференції, підготовці наукових публікацій, тощо – можуть присуджуватись додаткові бали за результатами поточного контролю. При цьому загальна кількість балів, що виносяться за поточну роботу не може перевищувати 60 балів.

1.8. При контролі виконання завдань для самостійного опрацювання оцінки підлягають самостійне опрацювання тем в цілому чи питань написання доповіді, підготовка конспектів навчальних текстів.

1.9. При виконанні індивідуального завдання оцінки підлягають підготовка реферативного матеріалу з публікацій. Контроль проводиться у формі захисту індивідуального завдання.

Рекомендована література

Базова

1. Business Etiquette Columbus Technical College Economic Development Corporate Training Materials URL: [https://www.columbustech.edu/skins/userfiles/files/Training%20Manual%20-%20Business%20Etiquette%20\(1\).pdf](https://www.columbustech.edu/skins/userfiles/files/Training%20Manual%20-%20Business%20Etiquette%20(1).pdf)

2. Кручаниця М.І., Миронюк І.С., Розумикова Н.В., та ін. Основи харчування: підручник. Ужгород: УжНУ «Говерла», 2019. 252 с.

3. Вакулик І.І., Пузиренко Я.В., Мисюра Т.М. Етикет та культура харчування: навч. видання. Київ. ТОВ «Аграр Медіа Груп», 2019. 68 с.

4. Ken Albala C Food: A Cultural Culinary History. Virginia, University of the Pacific USA, 2013. 290 с.

5. Снітинський В.В., Давальницька Н.Б., Брух О.О. Діловий етикет у міжнародному бізнесі: навч. посіб. Львів: «Магнолія 2006», 2009. 300 с.

6. Culture and Food : Massachusetts Department of Education Child and Adult Care Food Program URL: <http://www.morethanameal.info/manual/>

pdf/MoreThanAMeal_chap_5.pdf

7. Архипов В.В. Етнічні кухні: Особливості культури та традицій харчування народів світу: учебное пособие / В.В. Архипов, – Київ, 2019 – 234с.

8. Міхеєнко О. І. Основи раціонального та оздоровчого харчування : навчальний посібник / О. І. Міхеєнко. - Суми : Університетська книга, 2017. - 189 с

Додаткова

1. Борисенко В. К. Обрядове печиво в українській традиційній культурі. *Народна творчість та етнографія*. 2018. № 4. С. 13–21.

2. Jean Jacques Boutaud, Anda Becuț. Food-and-culture.-Cultural-patterns-and-practices-related-to-food-in-everyday-life *International Review of Social Research*. 2016 № 6(1) С.1-3.

3. Борисенко М. Формування традиції святкування Нового року в Україні (кінець ХІХ – середина ХХ століття). *Матеріали до української етнології*. 2015. Вип. 14. С. 14–24.

4. Павлоцька Л.Ф., Дуденко Н.В., Євлаш В.В. Физиолого-гигиенические аспекты оценки качества продуктов: учебник. Харьков ХДУХТ, 2005. 341 с.

5.Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. М.: Экономика, 1982. 720 с.

ДОДАТОК А

Додатковий матеріал до практичного заняття №1
за темою «Загальна характеристика компонентів харчування як основних харчових речовин»

Таблиця А.1 – Характеристика харчових речовин (приклад заповнення таблиці 1.1)

№ варіанту	Назва харчових речовин	Функціональні властивості харчових речовин	Продукти, в яких містяться харчові речовини
1	Білки повноцінні	<ul style="list-style-type: none"> – регулюють водний баланс організму і підтримують необхідний рН; – забезпечують зростання, розмноження і повноцінний розвиток організму, особливо нервової системи, регулюючи подразливість і реакції на зовнішні подразники; – беруть участь в генетичній передачі потрібної інформації від батьків до нащадків; – захищають організм від мікробів і вірусів, беручи участь у виробленні антитіл; – разом з вітамінами і мікроелементами є біологічними каталізаторами – ферментами. 	<ul style="list-style-type: none"> – м'ясо – риба – молоко – бобові – яйця – горіхи – та ін.

Таблиця А.2 – Перелік завдань для виконання практичного заняття №1

№ варіанту	Дані для табл. 1.1	Дані для табл. 1.2	
	Назва нутрієнту	Назва сировини	Назва сировини
1	Білки повноцінні	Морква 75 г	Буряк 75 г
2	Вуглеводи (клітчатка)	Часник 25 г	Цибуля ріпчаста 25 гр.
3	Жири	Гриби печериці 167 г	М'ясо яловичина 167 г
4	Мінеральні речовини (Na)	Огірок 123 г	Яблуко 123 г
5	Вітаміни (С – цитринова кислота)	Шипшина 234 г	Капуста білокачанна 234 г

№ варіанту	Дані для табл. 1.1	Дані для табл. 1.2	
	Назва нутрієнту	Назва сировини	Назва сировини
6	Ферменти	Полуниця 230 г	Ананас 230 г
7	Білки неповноцінні	М'ясо риби річної 150 г	Молоко коров'яче 150 г
8	Жири (лецитин)	Яйце куряче 60 г	Горіх волоський 60 г
9	Вуглеводи (моносахариди – глюкоза)	Томат 120 г	Кавун 120г
10	Мінеральні речовини (К)	Виноград 155 г	Картопля 155 г
11	Вітаміни (А – ретинол)	М'ясо свинини 300 г	М'ясо риби морської 300 г
12	Мінеральні речовини (Р)	Сир кисломолочний 250 г	Фасоль 250 г
13	Білки неповноцінні	Гречка 1200 г	Капуста цвітна 1200 г
14	Жири (холестерин)	Печінка куряча 125 г	Масло вершкове 125 г
15	Вуглеводи (дисахариди – лактоза)	Молоко козяче 155 г	Вершки 155 г
16	Мінеральні речовини (Са)	Зілля петрушки 230 г	Курага 230 г
17	Вітаміни (Е)	Насіння соняшника 267 г	Кукурудза 267 г
18	Вуглеводи (полісахариди – крохмаль)	Картопля молода 675 г	Пшоно 675 г
19	Жири	М'ясо телятина 200 г	М'ясо баранина 200 г
20	Білки повноцінні	М'ясо морепродуктів (краби) 65 г	Гриби білі 65 г
21	Білки неповноцінні	Горох зелений 350 г	Баклажани 350 г
22	Вітаміни (β – каротин)	Морква 350 г	Редис 350 г
23	Вуглеводи (полісахариди – пектинові речовини)	Чорна смородина 125 г	Гарбуз 125 г
24	Вуглеводи	Мед натуральний квітковий 305 г	Груша 305 г

Таблиця А.3 – Варіанти страв для розрахунків (дані для заповнення таблиці 1.3)

Варіант №1 Салат з редисом														
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г					
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	ккал		
1	Редис	814	571	/	/	/	/							
2	Морква	250	200	/	/	/	/							
3	Цибуля зелена	125	100	/	/	/	/							
4	Сметана	150	150	/	/	/	/							
	Вихід		1000	/	/	/	/							
Варіант №2 Салат з редисом														
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г					
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	ккал		
1	Редис	1143	800	/	/	/	/							
2	Цибуля ріпчаста	238	200	/	/	/	/							
3	Олія	150	150	/	/	/	/							
	Вихід		1000	/	/	/	/							
Варіант №3 Салат з маринованими грибами														
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г					
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири		
1	Гриби мариновані	988	810	/	/	/	/							
2	Цибуля зелена	125	100	/	/	/	/							
3	Олія	100	100	/	/	/	/							
	Вихід		1000	/	/	/	/							

Варіант №4 Салат яєчний													
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г				
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири	
1	Яйця	¼ шт	690	/	/	/	/						
2	Цибуля ріпчаста	167	140	/	/	/	/						
3	Олія	175	175	/	/	/	/						
	Вихід		1000	/	/	/	/						
Варіант №5 Салат із томатів свіжих та солодкого перцю													
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г				
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири	
1	Томати свіжі	365	310	/	/	/	/						
2	Цибуля ріпчаста	119	100	/	/	/	/						
3	Перець солодкий	267	200	/	/	/	/						
4	Огірки свіжі	250	200	/	/	/	/						
5	Майонез	200	200	/	/	/	/						
	Вихід		1000	/	/	/	/						
Варіант № 6 Сирники з морквою													
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г				
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири	
1	Сир кисломолочний	141	140	/	/	/	/						
2	Морква	56	45	/	/	/	/						
3	Маргарин столовий	3	3	/	/	/	/						
4	Крупа манна	5	5	/	/	/	/						
5	Яйця	1/5 шт.	8	/	/	/	/						

6	Цукор	15	15	/	/	/	/						
7	Борошно пшеничне	25	25	/	/	/	/						
8	Жир кухарський	7	7	/	/	/	/						
9	Сметана	30	30	/	/	/	/						
	Вихід		230	/	/	/	/						

Варіант №7 Сирковий крем

№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г				
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири	
1	Сир кисломолочний	101	100	/	/	/	/						
2	Яйця	1 шт.	40	/	/	/	/						
3	Масло вершкове	15	15	/	/	/	/						
4	Цукор	25	25	/	/	/	/						
5	Вершки	25	25	/	/	/	/						
6	Горіхи	10	10	/	/	/	/						
7	Плоди свіжі	-	30	/	/	/	/						
8	Джем	-	30	/	/	/	/						
9	Ванілін	0,02	0,02	/	/	/	/						
	Вихід		235	/	/	/	/						

Варіант №7 Макарони з овочами

№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г				
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири	
1	Макаронні вироби відварні	-	750	/	/	/	/						
2	Масло вершкове	20	20	/	/	/	/						
3	Морква	138	110/75	/	/	/	/						
4	Цибуля ріпчаста	100	84/42	/	/	/	/						
5	Перець солодкий	100	72	/	/	/	/						
6	Томатне пюре	80	80	/	/	/	/						
7	Масло вершкове	40	40	/	/	/	/						
	Вихід		1000	/	/	/	/						

Варіант №8 Яйця фаршировані шинкою та грибами												
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г			
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	ккал
1	Яйця	2 шт.	80/67	/	/	/	/					
2	Томати	150	110	/	/	/	/					
3	Шинка	41	40	/	/	/	/					
4	Печериці свіжі	53	40/20	/	/	/	/					
5	Маргарин столовий	5	5	/	/	/	/					
6	Кріп	4	3	/	/	/	/					
	Вихід		220	/	/	/	/					
Варіант №9 Яблука печені												
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г			
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири
1	Яблука	1714	1200	/	/	/	/					
2	Цукор	35	35	/	/	/	/					
3	Масло вершкове	10	10	/	/	/	/					
	Вихід		1000	/	/	/	/					
Варіант №10 Кабачки тушковані в сметані												
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г			
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири
1	Кабачки	1627	1090	/	/	/	/					
2	Борошно пшеничне	10	10	/	/	/	/					
3	Маргарин столов	35	35	/	/	/	/					
4	Сметана	100	100	/	/	/	/					
5	Цукор	10	10	/	/	/	/					
6	Вихід		1000	/	/	/	/					

Варіант №11 Салат з білоголової капусти												
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г			
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири
1	Капуста білокачанна	709	510	/	/	/	/					
2	Слива маринована	91	50	/	/	/	/					
3	Вишня маринована	91	50	/	/	/	/					
4	Яблука свіжі	182	100	/	/	/	/					
5	Цибуля зелена	125	100	/	/	/	/					
6	Морква	125	100	/	/	/	/					
7	Оцет 3 %	100	100	/	/	/	/					
8	Цукор	50	50	/	/	/	/					
9	Олія	50	50	/	/	/	/					
	Вихід		1000	/	/	/	/					
Варіант №12 Салат вітамінний												
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г			
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири
1	Капуста білокачанна	250	200	/	/	/	/					
2	Морква	200	160	/	/	/	/					
3	Цибуля зелена			/	/	/	/					
4	Яблука свіжі	273	240	/	/	/	/					
5	Лимон	83	35	/	/	/	/					
6	Олія	30	30	/	/	/	/					
7	Сметана	120	120	/	/	/	/					
8	Цукор	30	30	/	/	/	/					
9	Вино «Мадера»	10	10	/	/	/	/					
	Вихід		1000	/	/	/	/					

Варіант №13 Котлети рибні												
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г			
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири
1	Тріска	85	80	/	/	/	/					
2	Хліб пшеничний	24	24	/	/	/	/					
3	Молоко	32	32	/	/	/	/					
4	Сухарі	12	12	/	/	/	/					
	Маса напівфабрикату		144	/	/	/	/					
5	Олія		12	/	/	/	/					
	Вихід		125	/	/	/	/					
Варіант № 14 Запіканка рисова з сиром												
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г			
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири
1	Крупа рисова	48	48	/	/	/	/					
2	Вода	100	100	/	/	/	/					
3	Ізюм	20,5	20	/	/	/	/					
4	Сир кисломолочний	40,5	40	/	/	/	/					
5	Яйця	1/4ш г	10	/	/	/	/					
6	Цукор	15	15	/	/	/	/					
7	Ванілін	0,01	0,01	/	/	/	/					
8	Маргарин столовий	5	5	/	/	/	/					
9	Сухарі	5	5	/	/	/	/					
10	Сметана	5	5	/	/	/	/					
	Маса напівфабрикату		225	/	/	/	/					
	Вихід		200	/	/	/	/					

Варіант №15 М'ясо смажене по-домашньому

№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г			
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири
1	Яловичина	216	159	/	/	/	/					
2	Картопля	253	190	/	/	/	/					
3	Цибуля ріпчаста	30	25	/	/	/	/					
4	Жир тваринний топлений	12	12	/	/	/	/					
5	Томатне пюре	15	15	/	/	/	/					
	Маса тушкованого м'яса	-	100	/	/	/	/					
	Маса готових овочів	-	250	/	/	/	/					
	Вихід		350	/	/	/	/					

Варіант №16 Риба по-російськи

№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію, г			
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири
1	Судак	162	152	/	/	/	/					
2	Маса припущеної риби	-	125	/	/	/	/					
3	Морква	10	8	/	/	/	/					
4	Цибуля ріпчаста	5	4	/	/	/	/					
5	Петрушка (корінь)	9	7	/	/	/	/					
6	Огірки солені	15	9/8	/	/	/	/					
7	Печериці свіжі	18	14/10	/	/	/	/					
8	Каперси	10	5	/	/	/	/					
9	Маслини	15	10	/	/	/	/					
10	Сметана	-	75	/	/	/	/					
	Вихід		252	/	/	/	/					

Варіант №17 Рублені яйця з маслом та цибулею

№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г			
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири
1	Яйця	¼ шт	690	/	/	/	/					
2	Цибуля ріпчаста	167	140	/	/	/	/					
3	Масло вершкове	175	175	/	/	/	/					
	Вихід		1000	/	/	/	/					

Варіант №18 Салат Літній

№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г			
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири
1	Картопля молода	186	149/ 140	/	/	/	/					
2	Огірки свіжі	263	210	/	/	/	/					
3	Томати свіжі	235	200	/	/	/	/					
4	Цибуля зелена	169	135	/	/	/	/					
5	Зелений горошок консервований	100	65	/	/	/	/					
6	Яйця	1 ½ шт.	60	/	/	/	/					
7	Сметана	200	200	/	/	/	/					
	Вихід		1000	/	/	/	/					

Варіант №18 Салат Столичний

№ з/п	Найменування Сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г			
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири
1	Птиця	152	105	/	/	/	/					
	Маса вареної птиці	-	40	/	/	/	/					
2	Картопля	27	20	/	/	/	/					
3	Огірки солені	25	20	/	/	/	/					

№ з/п	Найменування Сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г			
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири
4	Салат	14	10	/	/	/	/					
5	Крабове м'ясо	6	5	/	/	/	/					
6	Яйця	3/8шт т	15	/	/	/	/					
7	Майонез	45	45	/	/	/	/					
	Вихід		1000	/	/	/	/					

Варіант №19 Ікра з цибулі

№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г			
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири
1	Цибуля ріпчаста	1083	910	/	/	/	/					
2	Морква	250	200	/	/	/	/					
3	Перець солодкий	100	75	/	/	/	/					
4	Томатне пюре	250	250	/	/	/	/					
5	Олія	200	200	/	/	/	/					
6	Оцет 9%-й	20	20	/	/	/	/					
	Вихід		1000	/	/	/	/					

Варіант №20 Кисіль з ягід

№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г			
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири
1	Полуниця або малина	500	425	/	/	/	/					
2	Вино столове	175	175	/	/	/	/					
3	Цукор	175	175	/	/	/	/					
4	Крохмаль картопляний	35	35	/	/	/	/					
5	Вода	350	350	/	/	/	/					
	Вихід		1000	/	/	/	/					

Варіант № 21 Узвар													
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г				
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири	
1	Мед	25,3	25	/	/	/	/						
2	Сухофрукти	100	250 (варені)	/	/	/	/						
3	Цукор	75	75	/	/	/	/						
4	Вода	1000	1000	/	/	/	/						
	Вихід		1000	/	/	/	/						
Варіант №22 Желе з плодово-овочевим соком													
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г				
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири	
1	Сметана	100	100	/	/	/	/						
2	Цукровий пісок	15	15	/	/	/	/						
3	Желатин	5	5	/	/	/	/						
4	Молоко	35	35	/	/	/	/						
5	Сік плодово-ягідний	8	8	/	/	/	/						
6	Какао-порошок	2	2	/	/	/	/						
7	Морква сира	25	20	/	/	/	/						
8	Сироп	50	50	/	/	/	/						
	Вихід		150	/	/	/	/						
Варіант №23 Макаронник													
№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г				
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири	
1	Макарони	80	75	/	/	/	/						
2	Вода	230	150	/	/	/	/						
3	Молоко	100	100	/	/	/	/						
4	Цукор	10	10	/	/	/	/						

№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію г				
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири	
5	Яйця	½ шт.	10										
6	Маргарин столов	5	5										
7	Сухарі	5	5										
	Маса напівфабрикату	-	300										
	Маса макаронника	-	250										
	Масло вершкове	10	10										
	Вихід		260										

Варіант №24 Борщ

№ з/п	Найменування сировини	брутто	нетто	за літературними даними на 100 г (нетто), г				Вихід, г	Розрахунок на порцію, г				
				білки	жири	вуглеводи	ккал		білки	жири	вуглеводи	жири	
1	Буряк	150	120										
2	Капуста свіжа білокачанна	100	80										
3	Морква	50	40										
4	Петрушка (корінь)	21	16										
5	Цибуля ріпчаста	36	30										
6	Томатне пюре	30	30										
7	Кулінарний жир	20	20										
8	Цукор	10	10										
9	Оцет 3%-й	10	10										
10	Бульйон	700	700										
11	Борошно пшеничне	6	6										
12	Картопля	213	160										
13	Перець солодкий	27	20										
14	Часник	3,8	3										
15	Сало шпик	10,4	10										
	Вихід		1000										

ДОДАТОК Б

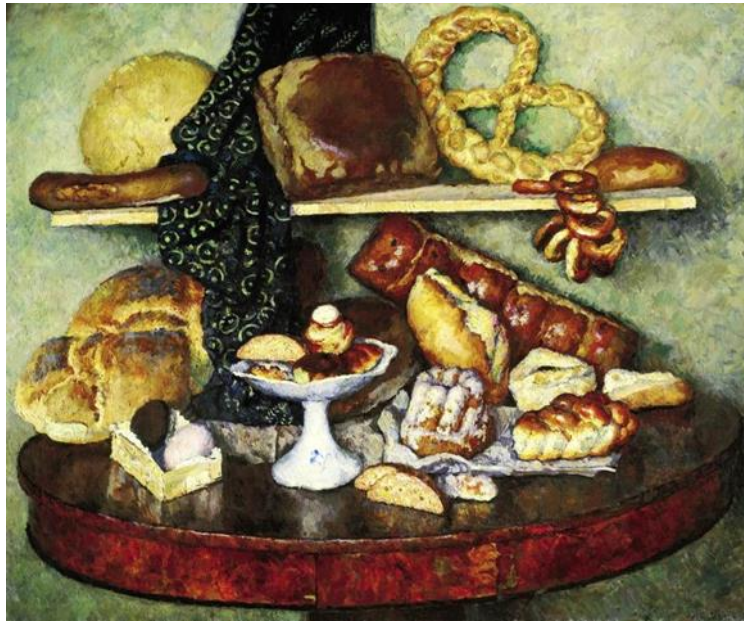
Додатковий матеріал до практичного заняття №3
за темою «Гастрономічна культура як психологічна сфера життя людини:
духовні та емоційні складові культури харчування»

Таблиця Б.1 – Перелік народних свят, традицій, обрядів

<i>№ варіанту</i>	<i>Група календарних свят</i>
1	Різдвяні свята
2	Масляна
3	Великий піст
4	Благовіщення
5	Великдень
6	Маковій
7	Спас
8	Свято Андрія
9	Колядки, щедрівки
10	Святвечір
11	Свято Івана Купали
12	Родини, хрестини
13	Похорони
14	День Святого Валентина

ДОДАТОК В
ПЕРЕЛІК РЕПРОДУКЦІЙ

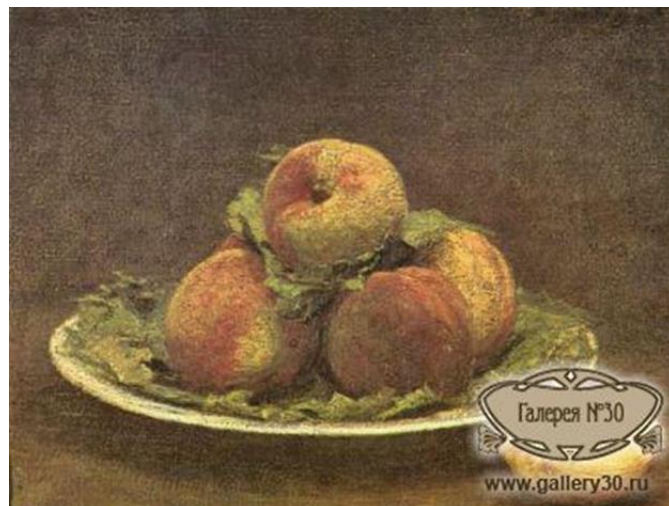
«Снедь московская. Хлебы», 1924 г, Государственная Третьяковская галерея



«Ветчина и серебряная посуда», 1649 г, Хеде Мартин Джонсон



Натюрморт с персиками, Фантен-Латур, Анри



«Цветы, фрукты и обезьяна», Бауман, Ян (Жан-Жак)



«Приготовления в Колизее» [фрагмент], Альма-Тадема, Лоурэнс, Нидерланды



Натюрморт с хлебом и яйцами, Поль Сезанн, 1865 г



«Корзина с хлебом», Сальвадор Дали, 1926 г



Натюрморт «Яблоки и вишня», Илья Репин



«Юноша с корзиной фруктов», Микеланджело Меризи да Караваджо



ДОДАТОК Г

Додатковий матеріал до практичного заняття №4
за темою «Емоційне сприйняття їжі – основа формування оцінки якості.
Основні показники якості, органолептична оцінка»

Таблиця Г.1 – Палітра органолептичних показників якості їжі

Органолептичні показники	Палітра смаку
Смак	Пряно – свіжий, солодко – ароматний, терпкий, запашно – гіркий, гіркий, лимонно – свіжий, м'який – перчений, солодко – пряний, гостро – пряний, гостро – терпкий, ніжний, ніжно - гіркий
Консистенція	тверда, м'яка, розсипчаста, хрумка, жорстка, ламка, в'язка, клейка, липка, густа, рідка, масляниста, повітряна, схожа на крейду, волокниста, шарувата, зерниста, гранульована, розсипчаста, Грудкувата, схожа на пудру, протерта (пюреподібна) , розсипчаста, волокниста, сметано-подібна, пастоподібна, еластична, погано пропечена (про тісто або про хліб), соковита, легка (повітряна), тягуча, як гума, слизька (желеподібна), однорідна, пориста, тягуча, як губка), сира (просочена рідиною), пружна.

ДОДАТОК Д

Таблиця Д.1 – Класифікація груп кулінарної продукції

№ з/п	Найменування групи кулінарної продукції	Органолептичні показники
1	Холодні страви, супи, страви з картоплі, овочів і грибів, круп, бобових, макаронних виробів, яєць, сиру, риби, морепродуктів і раків, сільськогосподарських птахів, пернатої дичини і кролика, гарніри, соуси, солодкі страви	Колір, зовнішній вигляд, консистенція, запах, смак; для бульйонів замість консистенції - прозорість
2	Напої, у т.ч. кава чорна, чай	Колір, зовнішній вигляд, консистенція, запах, смак; - колір, зовнішній вигляд, характеристика настою, запах, смак; колір, зовнішній вигляд, характеристика настою, аромат, смак
3	Борошняні вироби, у т.ч. пироги, ватрушки, кулеб'яки, булочки	Колір, зовнішній вигляд, консистенція оболонки і фаршу, запах, смак; колір, зовнішній вигляд, стан основи, консистенція фаршу, запах, смак; колір, зовнішній вигляд, стан м'якушки, запах, смак
4	Борошняні кондитерські вироби	Поверхня і її обробка, колір, форма, вид у розрізі (на зламі), запах, смак

ДОДАТОК Е

Таблиця Е.1 – Приклад органолептичної оцінки якості страви

№ з/п	Найменування страви	Органолептичні показники
1	Салат зі свіжих огірків	Колір скибочки огірка почищеного білий із зеленою облямівкою, очищеного білий, цибулі зелений; зовнішній вигляд: огірки нарізані кружечками чи скибочками, зелена цибуля дрібно нашаткована; салат акуратно розкладений чи покладений гіркою у салатник зі сметаною чи заправленням; посипаний зеленню петрушки або без неї; консистенція: м'якоть щільна з недорозвиненим водянистим, не шкірястим насінням; запах свіжих огірків і цибулі; смак свіжих огірків у сполученні з цибулею і заправленням чи сметаною.
2	Салат картопляний з огірками і капустою	Колір властивий продуктам, що входять до складу салату; зовнішній вигляд: варені очищені картопля і морква, солоні огірки нарізані скибочками, змішані з ріпчастою чи зеленою цибулею; салат заправлений сметаною, майонезом або заправленням, посипаний зеленню; по рецептурі дозволена заміна огірків на квашену капусту; консистенція: варених овочів м'яка; солоних огірків і капусти пружна; запах свіжих овочів, приємний; смак злегка гострий від майонезу.
3	Салат з білокачанної капусти	Колір білий, зі злегка зеленим відтінком; зовнішній вигляд: катета і морква нарізані тонкою соломкою, цибуля зелена нашаткована; салат заправлений рослинною олією, оцтом і цукром; консистенція овочів хрустка, нетверда, соковита; запах свіжої білокачанної капусти в суміші з заправленням; смак приємно кислуватий, зі злегка відчутною солодкістю, помірно солоний, без гіркоти.
4	Салат м'ясний	Колір салату сіро-білий (визначає кількість м'яса і майонезу); зовнішній вигляд: м'ясо та овочі нарізані дрібними скибочками, зелений салат шматочками; салат заправлений майонезом, покладений гіркою в салатник, прикрашений продуктами, що входять до його складу; консистенція: варених овочів м'яка, сирих злегка хрустка, салату соковита; запах і смак: овочів, майонезу і соусу «Південний».
5	Смажена риба під маринадом	Колір поверхні риби світло-золотистий, маринаду оранжево-червоний, риби в розрізі білий; зовнішній вигляд: шматки риби, що зберегли форму, политі маринадом, посипані зеленню; консистенція м'яка, соковита; запах властивий даному виду риби з ароматом пасерованих овочів; смак властивий натуральній смаженій рибі з кислуватим-солодким маринадом, злегка гострий, помірно солоний.
6	Холодець яловичий	Колір сіруватий, непрозорий; зовнішній вигляд: дрібно нарубані субпродукти рівномірно розподілені в желе; у розрізі щільна, напівпрозора маса; консистенція: желе щільна, пружна; м'яса соковита, м'яка; запах концентрованого бульйону із

№ з/п	Найменування страви	Органолептичні показники
		субпродуктів, часнику, спецій; смак відварного м'яса і субпродуктів, із присмаком часнику, помірно солоний.
7	Бульйон м'ясний	Колір прозорий, зі світло-коричневим відтінком; зовнішній вигляд: однорідна рідина без зважених частинок; прозорий; запах приємний, екстрактивних речовин м'ясного бульйону; аромат коріння, спецій; смак бульйону з присмаком коріння, спецій, помірно солоний.
8	Бульйон кістковий	Колір світло-сірий з коричневим відтінком; зовнішній вигляд: однорідна рідина без зважених частинок; запах кісткового бульйону, з ароматом коріння; смак кісткового бульйону.
9	Борщ із капустою і картоплею	Колір малиново-червоний, жир на поверхні жовтогарячий; зовнішній вигляд: у рідкій частині борщу овочі, що зберегли форму нарізки (буряк, капуста, морква, цибуля соломкою, картопля брусочками чи часточками); на поверхні жир, сметана, зелень; консистенція: буряку, овочів і м'яса м'яка; капусти свіжої пружна; дотримується співвідношення рідкої і щільної частин; запах і смак характерний для овочів і спецій.
10	Щі зелені	Колір від світло-зеленого до маслинового; зовнішній вигляд: коріння, цибуля, картопля нарізані кубиками, зелена цибуля часточками, шпинат і щавель пюреобразні чи частково нарізані; суміш овочів з рідкою частиною страви; на поверхні жир, сметана, консистенція: картоплі м'яка, щавлю, шпинату протерта, пюреобразна; запах зеленого щавлю і шпинату, спецій, пасерованої ріпчастої цибулі; смак характерний для овочів і спецій.
11	Розсольник ленінградський	Колір бульйону з кремуватим відтінком, жиру жовтий; зовнішній вигляд: огірки без шкірочки і насіння, нарізані ромбиками чи соломкою, картопля часточками чи брусочками, коріння соломкою; суміш овочів з рідкою частиною страви, на поверхні сметана, зелень; консистенція овочів, м'яса м'яка, соковита; огірків злегка хрустка; перлова крупа добре розварилася; запах огіркового розсолу; овочів і спецій, приємний; смак гострий, у міру солоний.
12	Суп картопляний з крупою	Колір бульйону світло-сірий, прозорий; овочів, крупи натуральний; зовнішній вигляд: у рідкій частині супу картопля та овочі, нарізані кубиками, крупа добре розварилася, але не втратила форму; на поверхні жир, зелень; консистенція картоплі, коріння м'яка, крупа добре розварилася; запах пасерованих овочів, спецій, бульйону і вареної крупи (злегка борошністий); смак помірно солоний, м'ясного бульйону.
13	Суп рисовий з м'ясом	Колір бульйону напівпрозорий; жиру на поверхні супу злегка жовтогарячий; зовнішній вигляд: рис добре зварений, цибуля дрібно нашаткована, у рідкій частині супу суміш рису з овочами; на поверхні жир; страва посипала зеленню; консистенція коріння м'яка, рис цілий, м'який, м'ясо м'яке; запах м'ясного бульйону, часнику, спецій і рису; смак вареної

№ з/п	Найменування страви	Органолептичні показники
		крупяни, помірно солоний і гострий; м'яса властивий вареному.
14	Суп молочний з макаронними виробами	Колір молочно-білий; зовнішній вигляд: макаронні вироби зберегли форму; консистенція макаронних виробів м'яка; запах молочно-борошністий; смак солодкуватий, молочний.
15	Пюре з різних овочів	Колір світло-сірий, із кремовим відтінком; зовнішній вигляд: однорідна маса, без грудок борошна, що заварилося і шматочків не протертих овочів, без плівок на поверхні; консистенція ніжна, бархатиста; запах свіжих овочів; смак ніжний, властивий овочам у сполученні з молоком.
16	Рагу з овочів	Колір близький свіжим овочам, соусу темно-червоний; зовнішній вигляд: картопля і коріння нарізані часточками чи кубиками, гарбуз або кабачки кубиками, капуста шашками; тушковані овочі (із соусом) политі жиром; консистенція овочів щільна, соковита; овочі покладені гіркою, зберігають форму (не розпливаються на тарілці); запах овочів, соусу, часнику (при його наявності); смак помірно гострий, із солодкуватим присмаком моркви, гарбуза, кабачків.
17	Котлети картопляні	Колір скоринки золотистий, у розрізі від білого до кремового; зовнішній вигляд: котлети овальної форми з загостреним кінцем, за паніровані в пшеничних сухарях, рівномірно обсмажені, із гладкою (без тріщин) поверхнею, з соусом чи сметаною; консистенція скоринки злегка хрустка; оболонки пишна, пухка; у розрізі однорідна маса, без грудок; запах обсмаженої картоплі і соусу чи сметани; смак вареної, обсмаженої картоплі, помірно солоний.
18	Каша рисова чи манна рідка (з молоком)	Колір білий чи світло-кремовий; зовнішній вигляд: зерна крупи цілком розварилися, втратили форму; консистенція рідка, на тарілці розпливається, але ложка, покладена опуклою стороною на поверхню каші не тоне; запах відповідної каші у сполученні з молоком і олією; смак у міру солодкий і солоний, з вираженим смаком молока і присмаком вершкової олії.
19	Запіканка рисова із сиром	Колір.: скоринки золотистий, у розрізі від світло-кремового до кремового; зовнішній вигляд: запіканка нарізана рівними шматками, полита сметаною чи соусом; консистенція пухка, однорідна, без грудок сиру і рису; запах запеченого рису із сиром, ваніліну; смак злегка солодкий, сирний, з приємною, ледь помітною кислотністю.
20	Яєчня натуральна	Колір білка молочно-білий, жовтка яскраво-жовтий з блиском; зовнішній вигляд: жовток у середині білка, що не розплився, зберіг опуклу форму; навколо жовтка білок у вигляді щільної маси; консистенція білок щільний, жовток напіврідкий, ув'язнений в оболонку; запах свіжих смажених яєць; смак свіжих смажених яєць із присмаком жиру, помірно солоний.
21	Омлет натуральний	Колір поверхні рум'яний (золотистий), у розрізі світло-жовтий; зовнішній вигляд: порційні шматки у вигляді квадрата, трикутника чи довгастого пиріжка, политі розтопленою

№ з/п	Найменування страви	Органолептичні показники
		вершковою олією; консистенція ніжна, пишна, соковита; запах смажених свіжих яєць; смак свіжих яєць і використаних продуктів, помірно солоний.
22	Сирники із сиру	Колір скоринки золотистий, у розрізі світло-кремовий чи жовтуватий; зовнішній вигляд: вироби правильної, кругло-приплющеної форми; поверхня без тріщин, рівномірно обсмажена, зі сметаною, і цукром; консистенція м'яка, помірно щільна, пишна; запах запеченого сиру зі сметаною; смак солодкий.
23	Риба (філе) відварена із соусом	Колір м'яса риби в розрізі: кети, горбуші, чавичі - рожевий з жовтуватим відтінком; судака, коропа та інших видів - білий чи світло-сірий; зовнішній вигляд: риба у виді цілого відвареного шматка; гарнір: відварна картопля чи картопляне пюре. Страва із соусом, посипана зеленню; консистенція м'яка; допускається легке розшаровування м'якоті у тріски, пікші, морського окуня; запах рибний, з ароматом спецій і соусу; смак риби в сполученні зі спеціями і соусом.
24	Риба смажена	Колір скоринки золотистий чи світло-коричневий, рівномірний, м'якоті білий; зовнішній вигляд: риба посмажена рівномірно, панірування не відстає; гарнір покладений акуратно; страва посипана зеленню, підлитий соус; консистенція м'яка, соковита; запах смаженої риби; смак риби (даного виду) і жиру, на якому вона смажилася, помірно гострий за рахунок соусу.
25	М'ясо відварене	Колір свинини від світло-сірого до сірого, яловичини і баранини від сірого до темно-сірого; зовнішній вигляд: відварене м'ясо нарізано скибочками поперек волокон; консистенція м'яка, ніжна, соковита; запах м'яса, з ароматом спецій, корінців і цибулі; смак визначеного виду вареного м'яса.
26	М'ясо духове	Колір м'яса коричневий, овочів і соусу темно-червоний, овочів у розрізі натуральний; зовнішній вигляд: м'ясо нарізано поперек волокон, обсмажене і стушковано разом з овочами, посипано кропом; овочі в соусі зберегли форму нарізки; консистенція м'яса та овочів ніжна, м'яка, соковита; запах екстрактивних речовин м'яса в сполученні з ароматом овочів і спецій; смак гострий, без стороннього присмаку, помірно солодкий.
27	Біфштекс	Колір скоринки коричневий, у розрізі сірий; у слабко- і середньо просмажених від червоного до рожевого; зовнішній вигляд: смажене м'ясо неправильної круглої форми, гарнір – смажена картопля чи складний; консистенція соковита, ніжна, м'ясо легко ріжеться і розжовується; запах смаженого м'яса; смак смаженого м'яса, помірно солоний, помірно гострий.
28	Кабачки, фаршировані	Колір оболонки кабачків світло-салатний, фаршу темно-сірий, соусу жовтогарячий, з матовим відтінком; зовнішній вигляд: 2-

№ з/п	Найменування страви	Органолептичні показники
	м'ясом	3 шматка кабачків циліндричної форми з м'ясним фаршем; на поверхні ніжна скоринка; кабачки покладені на тарілку, политі соусом і посипані дрібною зеленню; консистенція помірно щільна, соковита; запах м'яса, зелені, цибулі і соусу яскраво виражений; смак присмний, пряний.
29	Біфштекс рубаний	Колір поверхні коричневий, у розрізі від світло-сірого до темно-сірого; зовнішній вигляд: біфштекс приплющено-круглої форми, рівномірно обсмажений, без тріщин, политий м'ясним соком; гарнір - складний чи картопля відварна, овочі відварні; консистенція соковита, однорідна; запах смаженого м'яса, з ароматом спецій; смак смаженого яловичого м'яса.
30	Котлети, битки рубані	Колір скоринки яловичих, баранячих коричневий, свинячих, телячих світло-коричневий; зовнішній вигляд: форма котлети овально-приплющена з загостреним кінцем, битка кругло-приплющена; збоку покладено гарнір і підлитий соус; консистенція однорідна, соковита, пишна; запах смаженого м'яса, за панірованого в сухарях; смак смаженого м'яса, помірно солоний, без присмаку хліба.
31	Зрази січені	Колір поверхні коричневий, рівномірний, у розрізі оболонки сірого м'яса з жовтуватим фаршем від яєць з цибулею; зовнішній вигляд: зрази овально-приплющеної форми з тупими кінцями, з рівномірно обсмаженою тонкою скоринкою, без тріщин, политі олією або збоку підлитий соус, поруч гарнір; консистенція соковита, пухка; запах смаженого м'яса зі спеціями; смак смаженого м'яса з присмаком фаршу з варених яєць і обсмаженої.
32	Рулет з яйцем	Колір скоринки від світло-коричневого до коричневого; зовнішній вигляд: шматок рулету у виді поперечної скибочки батона; поверхня виробів не розтріскалася, без панірування, з добре підсмаженою скоринкою; у розрізі однорідна маса, видний фарш; консистенція соковита, пухка; запах запеченої м'ясної котлетної маси; смак запеченої м'ясної котлетної маси.
33	Птиця або кролик відварені	Колір філе курки, курчати, кролика, індички - білий чи світло-сірий, окороків - темно-сірий; гусака чи качки - світло чи темно-коричневий; зовнішній вигляд: акуратно нарубані шматки птаха чи кролика (шматок філе і шматок від окорочка), покладені поруч з гарніром і политі соусом; консистенція соковита, м'яка, ніжна; запах птаха чи кролика у вареному виді; смак вареного м'яса птаха чи кролика.
34	Каша розсипчаста	Колір каші гречаної від світло-коричневого до коричневого; пшоняної жовтуватий, рисової від білого до кремового; перлової сіруватий; пшеничної жовтувато-сірий; зовнішній вигляд: зерна крупи цілі, добре набрякли, легко розділяються; консистенція розсипчаста, м'яка, однорідна; запах каші з даного виду крутія з жиром; смак каші з даного виду крупи з жиром.

№ з/п	Найменування страви	Органолептичні показники
35	Макаронні вироби відварені	Колір від білого до світло-кремового; зовнішній вигляд: відварені макаронні вироби, що зберегли форму, легко розділяються, заправлені жиром; консистенція м'яка, але пружна; запах відварних макаронних виробів з жиром чи вершковою олією; смак відварних макаронних виробів з жиром чи вершковим.
36	Картопляне пюре	Колір від світло-кремового до кремового чи білий; зовнішній вигляд: протерта картопляна маса, акуратно покладена, підрівняна або з нанесеним візерунком, полита олією; консистенція густа, пишна, однорідна; запах щойно приготовленого картопляного пюре з ароматом кип'яченого молока і вершкової олії; смак картопляного пюре, злегка солоний, ніжний, з вираженим присмаком кип'яченого молока.
37	Соус червоний основний	Колір від світло-коричневого до коричневого з бархатистим жовтогарячим відтінком; зовнішній вигляд: однорідна маса (без грудок борошна, що заварилося, і шматочків коріння), без плівки на поверхні; консистенція напіврідка, злегка грузька, що вільно ллється, еластична; запах бульйону з пасерованими томатом, овочами і спеціями; смак насиченого кісного чи м'ясо-кісного бульйону зі спеціями, коріннями і цибулею.
38	Соус білий основний	Колір від білого до світло-кремового; зовнішній вигляд: однорідна, гладка маса, без плівки на поверхні і без грудочок усередині; консистенція напіврідка, еластична, грузька; запах ніжний, з ароматом м'ясного бульйону і білих корінців; смак білих овочів і насиченого м'ясного бульйону, помірно солоний.
39	Соус грибний	Колір коричневий; зовнішній вигляд: однорідна, еластична маса з частками грибів і пасерованої цибулі; консистенція соусу однорідна, грузька, еластична, грибів і цибулі м'яка; запах грибів і пасерованої цибулі; смак насичений грибний.
40	Соус зі сметани основний	Колір від білого до кремового; зовнішній вигляд: однорідна маса, яка не розшарувалась; консистенція грузька, напіврідка, еластична; запах свіжої сметани; смак помірно солоний.
41	Кисіль з ревеню	Колір темно-зелений, з рожевим відтінком; зовнішній вигляд: кисіль, приготовлений з пюре ревеню, у виді однорідної непрозорої маси; консистенція однорідна, середньої густоти, злегка драглеподібна; запах властивий аромату ревеню і доданої лимонної чи апельсинової цедри; смак кисло-солодкий.
42	Компот із суміші сушених фруктів	Колір рідкої частини від світло- до темно-коричневого з червонуватим відтінком (у залежності від набору фруктів); зовнішній вигляд: відвар прозорий, плоди і ягоди цілі, зварені до повної готовності; консистенція рідкої частини прозора, фрукти м'які, просочені відваром; співвідношення густої і рідкої частин відповідає рецептурі (1:3); запах відварних плодів і ягід; смак приємний, солодкий чи кисло-солодкий.
43	Мус яблучний (на манній)	Колір від світло-кремового до світло-жовтого з відтінком, властивим ягідному сиропу; зовнішній вигляд: шматок

№ з/п	Найменування страви	Органолептичні показники
	крупі)	прямокутної чи квадратної форми з гофрованими краями, политий ягідним сиропом; консистенція пишна, дрібнопориста, піноподібна, однорідна, ніжна, злегка пружна; запах приємний, яблучний у сполученні з запахом ягід, сиропу; смак помірно солодкий.
44	Чай з цукром	Колір: грузинського чаю в/с жовтогарячий, грузинського 1 с жовтий, краснодарського в/с темно-жовтогарячий, краснодарського 1 с темно-жовтий, індійського в/с червоного дерева, індійського 1 с червоно-коричневий, цейлонського в/с червоного дерева з жовтогарячим відтінком, цейлонського 1 с червоного дерева, азербайджанського в/с жовтогарячий з коричневим відтінком, азербайджанського 1 с золотисто-жовтогарячий; зовнішній вигляд: прозорий, без чашок (заварка повинна готуватися тільки в порцеляновому чайнику без кип'ятіння і повторного підігріву); характеристика настою: грузинський в/с і 1 с, краснодарський в/с і 1 с прозорий; індійський в/с прозорий, густий; індійський 1 с прозорий; цейлонський в/с прозорий, яскравий; цейлонський 1 с прозорий, інтенсивний; азербайджанський 1 с прозорий, слабкий; аромат щойно завареного чаю, яскраво виражений: грузинського в/с квітковий, різкий; грузинського 1 с підсмажистий, краснодарського в/с, індійського 1 с, азербайджанського в/с квітковий; азербайджанського 1 с квітковий слабкий, цейлонського 1 с ніжно-квітковий; краснодарського 1 с, індійського в/с медяний; смак із присмаком тонізуючого смаку чаю: грузинський в/с терпкий з гіркотою; грузинський 1 с в'язкий з гіркотою, краснодарський в/с в'язкий з гіркотою, краснодарський 1 с слабо в'язкий з гіркотою; індійський в/с виражений терпкий; індійський 1 с слабо гіркий з терпкістю; цейлонський в/с в'язкий; цейлонський 1 с терпкий; азербайджанський в/с з терпкістю і гіркотою; азербайджанський 1 с зі слабкою гіркотою.
45	Кава чорна	Колір темно-коричневий; зовнішній вигляд: однорідна рідина; окремо на розетці поданий грудковий цукор; до кави може бути поданий лимон; характеристика настою: густий, концентрований; запах: аромат кави яскраво виражений; смак слабо-гіркий.
46	Пельмені з яловичини і свинини	Колір оболонки від світло-кремового до світло-жовтого, фаршу сірий; зовнішній вигляд: пельмені напівкруглі розміром подовжнім 2,5-3 см, місця з'єднання тіста акуратно захищені; поверхня гладка (без тріщин і розривів); консистенція оболонки м'яка, щільна, фаршу соковита, м'яка; запах м'яса, спецій і ріпчастої цибулі; смак відварного тіста і м'яса з цибулею і спеціями, помірно солоні.
47	Вареники із сиром	Колір оболонки від світло-кремового до кремового, фаршу креманий; зовнішній вигляд: вареники мають форму півмісяця

№ з/п	Найменування страви	Органолептичні показники
		з щільно склеєними краями, поверхня гладка, без тріщин і розривів; консистенція оболонки щільна, м'яка, фаршу соковита, однорідна, м'яка; запах відварного тіста з ніжним ароматом сиру; смак відварного тіста із сиром.
48	Ватрушки з дріжджового тіста	Колір поверхні основи і фаршу від золотистого до світло-коричневого, у розрізі світло-кремовий; зовнішній вигляд: форма правильна, кругла, краї гладкі, фарш розміщений посередині виробу; поверхня глянцева (змазана яйцем). Стан основи: еластична, пружна, пишна з рівномірною, розвитою пористістю; консистенція фаршу м'яка, однорідна, мастка; запах свіжовипеченого виробу з запеченим фаршем; смак свіжовипеченого виробу в сполученні з сиром чи повидлом.

ДОДАТОК И

Приклад органолептичної оцінки якості страви «Біфштекс» (рец. №585)

Таблиця И.1 – Органолептична оцінка методом бальної оцінки з використанням коефіцієнту вагомості

№ з/п	Показники якості	Коефіцієнт вагомості	Бал	Множення
1	2	3	4	5
1	Зовнішній вигляд	3	5	15
2	Колір	2	4	8
3	Консистенція	1	3	3
4	Запах	1	4	4
5	Смак	3	5	15
	Загальна оцінка	10	4,5	45

Біфштекс відноситься до групи страв, якість яких оцінюється наступними показниками: зовнішній вигляд, колір, консистенція, запах, смак.

Занести ці показники до табл. И.1. Кожному показнику присвоїти цифровий коефіцієнт вагомості, щоб у сумі вони дорівнювали 10 балів (3 стовпчик). Оцінити страву за п'ятибальною шкалою. Заповнити стовпчик 4. Шляхом множення та складання оцінки кожного показника якості скласти загальну оцінку якості страви (45 балів), яку поділити на 10 (КВ), знайти середній бал, що оцінює рівень якості страви за КВ. Якість страви за КВ дорівнює 4,5 балів.

ДОДАТОК К

ЗАТВЕРДЖУЮ

« ____ » _____ 20__ р.

ТЕХНОЛОГІЧНА КАРТА № 1

на нову та фірмову страву « _____ »

№	Назва сировини	Маса сировини, г				Нормативна документація, що регламентує вимоги до якості сировини
		на 1 порцію		на 10 порцій		
		брутто	нетто	брутто	нетто	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
	Всього					
	Вихід					

Технологічні параметри рецептури

№	Вид втрат	Нормативне значення, %	Інтервал припустимих значень, %
1.	Виробничі втрати		
2.	Теплові втрати		

Технологія приготування

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд:

Колір:

Консистенція:

Запах і смак:

Харчова та енергетична цінність

У 100 г страви (виробу) міститься:

білків	Г		
жирів	Г		
вуглеводів	Г		
Енергетична цінність	ккал або	кДж.	

Розробник:

Технічний експерт

ДОДАТОК Л

Додатковий матеріал до практичного заняття №5
за темою «Культура споживання: застільний етикет, правила поведінки за
столом, культура діалогу»

Таблиця Л.1 – Варіанти завдання та приклад заповнення таблиці 5.1

<i>№ варіант</i>	<i>Назва продукту чи групи кулінарної продукції</i>	<i>Правила застольного етикету</i>	<i>Проблемна ситуація, що виникає при недотриманні застольного етикету</i>
1	Супи	<ul style="list-style-type: none"> – визначення температури; – дотримання вмісту супу у ложці рівного одному прийому; – рухання ложки від себе чи з права на ліво; – прибирання залишків супу з денця ложки; – підносити ложку до рота з бокової лівої сторони 	<ul style="list-style-type: none"> – «і проковтнути неможливо і тримати немає сил» – можливо ошпаритися; – забруднення одягу; – не зручно приймати їжу; – не зручно приймати їжу;
2	Бульйони	<ul style="list-style-type: none"> – подача в чашці з одною ручкою – п'ють як чай; – подача в чашці з двома ручками – їдять ложкою; 	
3	Рибні холодні страви		
4	М'ясні натуральні страви		
5	М'ясні січені страви		
6	Гарячі закуски		
7	Сир, ковбаса, шинка		
8	Страви з птиці, дичини		
9	Курчата-табака		
10	Спаржа		
11	Раки		
12	Лангусти, омари		
13	Осетрина, білуга, севрюга		
14	Ячня, омлет з шинкою		

<i>№ варіант</i>	<i>Назва продукту чи групи кулінарної продукції</i>	<i>Правила застольного етикету</i>	<i>Проблемна ситуація, що виникає при недотриманні застольного етикету</i>
15	Яйця всмятку (некруте)		
16	Яблука, груші		
17	Персик, абрикос		
18	Банани		
19	Ягоди		
20	Кавун		
21	Манго		
22	Апельсини, мандарини		
23	Чай		
24	Кофе чорний		

Навчальне видання

ГАСТРОНОМІЧНА КУЛЬТУРА ЯК ЗАСІБ КОМУНІКАЦІЙ

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ТА ЗАВДАННЯ ДЛЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

*для студентів спеціальності 181 «Харчові технології»
ОПП «Харчові технології в ресторанній індустрії»
ступеня вищої освіти бакалавр
денної та заочної форм навчання*

Укладач:
РАДЧЕНКО Анна Едуардівна

Відповідальний за випуск доц. Радченко А.Е.

План 2022-2023 н.р., поз. 7.2.

Формат 60x84/16. Гарнітура Times New Roman
Папір для цифрового друку. Друк ризографічний.
Ум. друк. арк. 3,5. Наклад 100 пр.

Державний біотехнологічний університет
61002, м. Харків, вул. Алчевських, 44