

ТЕМА 1.2.

Профессиональные
знания и личностные
качества повара.

Мастер-класс «Блюдо
на завтрак».



Мик ола



*Скромная, негромкая
профессия,
Ее не заметила бы я,
Но ведь очень нужная,
чудесная
Повара профессия моя !*





* О профессии

Повар - это одна из самых нужных и важных профессий в мире. Ведь ни один человек не обходится без пищи ни дня.

Повару, как и врачу, нельзя быть равнодушным. Ведь от того, как накормить человека, зависит и его здоровье, и настроение, и производительность труда. А еще это такая профессия, которая требует постоянного поиска, творческой фантазии, потому что надо приятно удивлять посетителя каждый раз, когда он заходит в столовую, кафе, ресторан.

А для того, чтобы красиво приготовить вкусную и качественную пищу, необходимы знания и навыки. Эти знания я приобретаю в Ровеньковском профессиональном горном лицее



Необходимые качества

Профессиональные:

знание рецептов, умение приготовить блюда, знание исходных продуктов и оборудования.

Личностные:

физическая выносливость, внимательность, память, воображение, организованность, аккуратность.



* **Обязанности повара:**

- ❖ Расчет сырья,
- ❖ составление меню,
- ❖ заявок на продукты и полуфабрикаты,
- ❖ контроль качества продуктов,
- ❖ приготовление блюд,
- ❖ эксплуатация и обслуживание кухонного оборудования,
- ❖ учет расходуемого сырья,
- ❖ ведение отчетности.

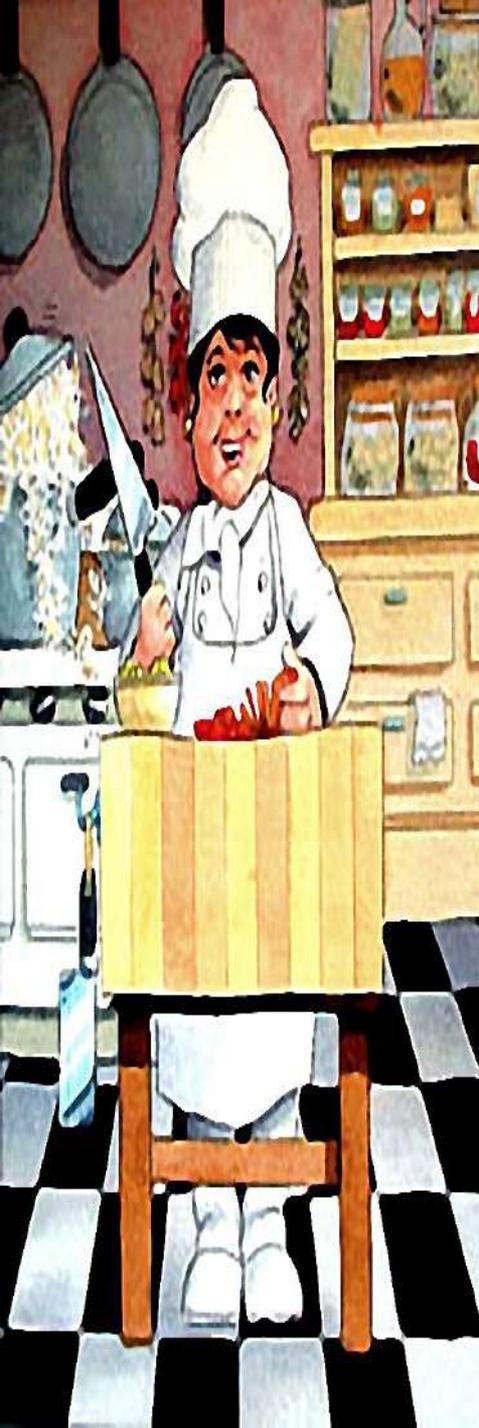


Михаил

* *Повар должен знать:*

- Основы питания,
- характеристики и биологическую ценность продуктов,
- признаки их доброкачественности,
- ассортимент выпускаемых изделий, рецептуры,
- нормы расходов сырья, полуфабрикатов,
- технологию и режим приготовления блюд и кондитерских изделий.

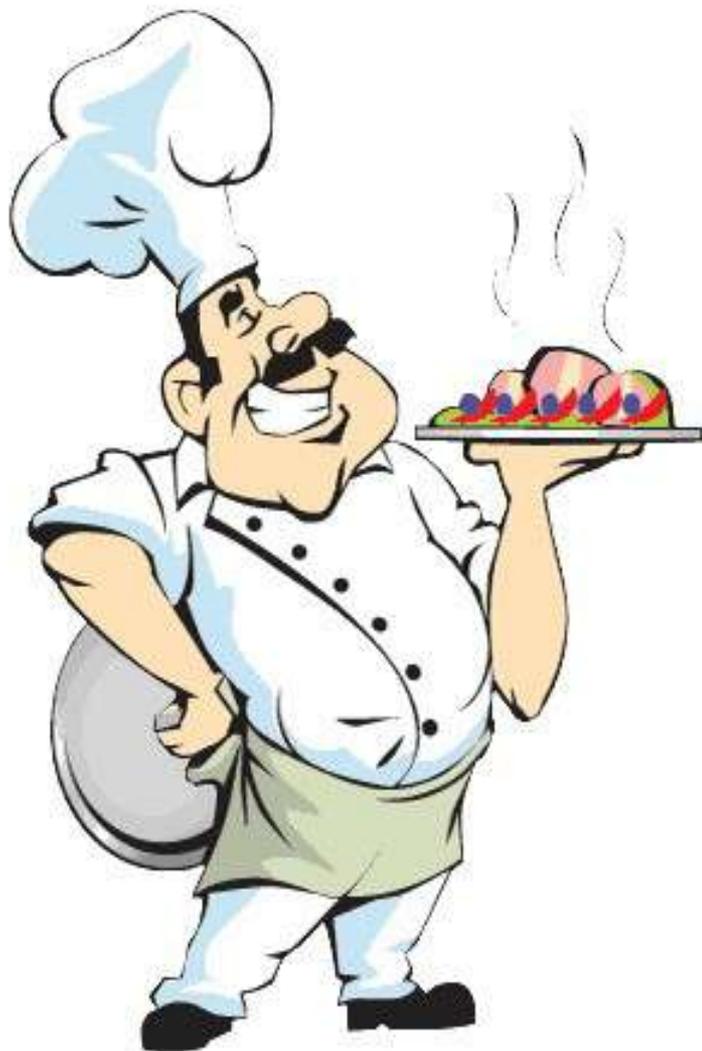




* Планы на будущее

Работа повара очень востребована и всегда есть возможность стабильного дохода. К тому же, возможен карьерный рост, который предусматривает развитие от помощника повара до шеф – повара в престижном заведении.

Спрос на шеф-повара неизменно высокий. С появлением имени за повара начинают бороться престижные рестораны, подчас его даже приглашают работать в другие страны. У хорошего повара появляется возможность создания собственных кафе, бара или ресторана.



*Я колдую у плиты
В колпаке высоком.
Чтобы вкусные
мечты
Исполнялись к сроку,
Чтобы «хватит» и
«чуть-чуть»
Мне не говорили,
А без всяких «не хочу»
Ели да хвалили!
Здесь, сегодня и
сейчас
Совершится чудо –
Приготовлю я для
Вас
Фирменное блюдо!*

**Завтрак важный прием пищи.
В завтрак мы получаем заряд
бодрости на весь день.
Завтрак должен быть полезным и
питательным.**



Каша овсяная с вареньем



**Энергетическая
ценность на порцию**
Калорийность **124** ккал
Белки **3,6** грамм
Жиры **3,5** грамм
Углеводы **19,3** грамм

Рецепт

Сахар	5 г
Геркулес	75 г
Молоко	150 г
Масло сливочное	5 г
Варенье	30 г
Вода	100 г

Инструкция

1. В кипящее молоко с водой всыпать крупу, добавить сахар и соль, накрыть крышкой и при слабом кипении варить 15-20 мин., изредка помешивая.
2. Перед подачей к столу в кашу положить сливочное масло, перемешать и полить сверху вареньем.

Каша

Энергетическая
ценность на порцию
Калорийность 124 ккал
Белки 3,6 грамм
Жиры 3,5 грамм
Углеводы 19,3 грамм



ИТОГ:

Это рецепт вкусного и нежирного завтрака.
А самое главное наш завтрак получился
полезным и питательным.



Видео ссылка на приготовление каши

[https://yandex.ru/video/preview/
16050025748009525868](https://yandex.ru/video/preview/16050025748009525868)

Домашнее задание:

Приготовить в домашних условиях самостоятельно кашу овсяную с вареньем.
Выслать фото отчет на почту. Желаю всем удачного приготовления!