**План урока №3**

Тема: Значение и место блюд из мяса и субпродуктов в питании. Виды мясного сырья и способы

хранения мяса.

Цели урока:

* познакомить с классификацией мяса, признаками доброкачественности, со способами хранения;
* научить определять доброкачественность мяса;
* воспитывать доброжелательные отношения в коллективе;
* развивать культуру питания, умение анализировать информацию.

Тип урока: лекция.

Ход урока.

1. *Организационный момент (3-5мин.)*

* Проверка готовности к уроку.
* Проверка списочного состава.
* Сообщение темы и цели урока.

1. *Повторение пройденного материала (3-5мин.)*

* Что такое рациональный режим питания и почему его следует соблюдать?
* Что такое режим питания?
* Какие требования к составлению меню нужно соблюдать?

1. *Объяснение нового материала (65-70мин.)*

Заслушать сообщения учащихся по новой теме.

Мясо - ценный продукт питания, в состав которого входят: влага (73—77 %), [белки](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B5%D0%BB%D0%BA%D0%B8) (18—21 %), [липиды](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B8%D0%BF%D0%B8%D0%B4%D1%8B) (1—3 %), [экстрактивные вещества](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%AD%D0%BA%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%B2%D0%B5%D1%89%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B0&action=edit&redlink=1) (1,7—2 % азотистых, 0,9—1,2 % безазотистых), [минеральные вещества](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B8%D0%BD%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%B2%D0%B5%D1%89%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B0) (0,8—1,0 %) и витамины группы А, В, К, Е, РР и пр. Человек получает с мясом и мясными продуктами все необходимые ему минеральные вещества. Особенно богата мясная пища фосфором, серой, железом, натрием, калием; кроме того, в мясе содержатся микроэлементы — медь, кобальт, цинк, йод.

Значительной пищевой ценностью обладают и отдельные субпродукты, которые по химическому составу могут заменить мясо, а по содержанию витаминов и гормональным веществам даже превосходят его.

**Классификация мяса.**

Мясо сортируют по ряду признаков: по виду животного (говядина, баранина, свинина и др.), по полу, возрасту и упитанности.

***Мясо крупного рогатого скота***. В зависимости от возраста животных **мясо крупного рогатого скота** подразделяется на телятину (мясо телят в возрасте от 14 дней до 6 недель), мясо молодняка (от 6 недель до 2 лет), мясо взрослого скота (от 2 до 5 лет) и мясо старых животных (старше 5 лет). **Мясо телятины** наиболее пригодно для диетического и детского питания. Цвет ее бледно-розовый. Мясо молодняка - светло-красного цвета, жир - почти белый. Мясо старого скота - тёмно-красного цвета, жир - желтых оттенков.

***Свинина.*** Наилучшими кулинарными качествами обладают мясо поросят и свиные туши животных 7-10-месячного возраста. Цвет свинины розовато-красный,жир внутренний белый, а

подкожный в зависимости от корма может быть и белым, и нежно-розовым.

***Баранина*.** Цвет мяса молодняка светло-красный, взрослых животных кирпично-красный, старых животных тёмно-красный. Сильно выраженный специфический запах характерен для старого **мяса баранины** и почти не ощущается в молодой баранине. Жир баранины белый.

***Мясо коз****.* Цвет мяса в зависимости от возраста бывает светло-красным у молодых и тёмно-красным у старых животных.

***Мясо кролика****.* В зависимости от упитанности **кроличье мясо** имеет более светлый или более темный оттенок розового цвета.

***Мясо конины****.* Население некоторых районов нашей страны использует в пищу **мясо лошадей** (конину).

**Состояние мяса.**

В зависимости от холодильной обработки различают следующие виды мяса:

* парное мясо;
* остывшее (не охлажденное) - мясо, подвергшееся после разделки туши остыванию в естественных условиях в течение не менее 6 часов;
* охлажденное - мясо, подвергшееся охлаждению в камерах до температуры от 0 до 4°;
* мороженное - мясо, подвергшееся после охлаждения замораживанию в специальных морозильных камерах или в естественных условиях до температуры не выше -6°.

**Признаки доброкачественности мяса.**

Показателями свежести мяса являются его внешний вид, окраска, запах, цвет, консистенция. Однако определение свежести мяса по этим признакам не всегда достаточно, так как, например, совершенно непригодное в пищу мясо в замороженном виде не пахнет.

Доброкачественное мясо покрыто тонкой корочкой бледно-розового или бледно-красного цвета. При ощупывании поверхности рука остается сухой. На разрезах мясо не прилипает к пальцам, сок прозрачный. Консистенция мяса плотная, ямки от надавливания пальцем быстро восполняются, цвет мяса на разрезе красный (мясо крупного скота), беловато-розовый (телятина), коричнево-красный (баранина) и розовато-красный (свинина). Жир говяжьей туши белый, кремовый или желтоватый, твердый, при раздавливании не мажется, а крошится. Бараний жир белый плотный; свиной - мягкий бледно-розовый или белый. Запах мяса и жира приятный, без посторонних запахов.

На мясокомбинатах строжайший ветеринарный и санитарный контроль осуществляется как до, так и после убоя животного. На каждой туше мелкого скота и на каждой четвертине крупного рогатого скота должно быть клеймо ветсанконтроля.

Мясо животных, пораженных болезнями, которые могут передаваться человеку (сибирская язва, сап, туберкулез, бруцеллез, ящур, оспа, рожа свиней и туляремия овец), в пищу не допускается.

# Хранение мяса.

Температура воздуха в камере хранения замороженного мяса составляет для краткосрочного хранения не выше -12oС, для длительного - не выше -18oС. Относительная влажность в камере поддерживается на уровне 95 … 98%, при умеренной циркуляции воздуха со скоростью не выше 0,2 … 0,3 м/с. Сроки хранения мороженного мяса составляют при температуре -12oС - 2 … 8 мес.; при -18oС - 4 … 12 мес.; при -25oС - 8 … 12 мес.

Для того **чтобы сберечь мясо при отсутствии холодильника** свежем даже в летнюю жару в течение недели, существуют следующие способы:

* Мясо заворачивают в полотно, обильно пропитанное крепким раствором уксуса. Перед употреблением необходимо промыть в холодной воде.
* Мясо тщательно натирают разрезанным лимоном, после чего сохраняют в открытом, хорошо проветриваемом месте.
* Мясо заворачивают в пергаментную бумагу, а затем в полотно, намоченное в холодной, соленой воде. Время от времени полотно опять смачивают. Таким же способом сохраняют молотое мясо.
* В теплое время мясо можно сохранить в течение 8—10 дней, если завернуть его в полотно, пропитанное раствором салициловой кислоты, из расчета — 1 чайная ложка на 0,5 л воды. Перед употреблением необходимо тщательно промыть в проточной воде.
* Хорошо сохраняется мясо в цельном или снятом, сыром или кипяченом молоке, в простокваше или сыворотке; ежедневно меняя, наливают жидкость так, чтобы только прикрыла мясо, кладут кружок и чистый камень.
* Погружают мясо в растопленный говяжий жир, который, застывая, также предохраняет мясо от порчи.
* Сохраняют мясо в безвредном растворе буры, беря на ведро кипяченой воды от 1/2 до 1 фунта буры, перед употреблением необходимо мясо тщательно промыть под проточной водой.
* Мясо сохраняют так же, обкладывая куски его крапивой, благодаря чему оно сохраняется в свежем виде 3—4 дня.
* Хорошо сохраняется слегка проваренное мясо. Мясо погружается в кипящую, сильно соленую воду на 3 минуты для старых сортов мяса (овечье, говяжье) и на 1 минуту для молодых сортов (телятины, барашка). После этого помещают мясо в кастрюлю, утрамбовывают его, заливают сверху подсолнечным маслом.

1. *Закрепление материала. Подведение итогов урока. Рефлексия(5-7мин.)*

* Рассказать о питательной ценности мяса.
* Как хранят мясо?
* Какие виды мяса вы знаете?
* Дайте характеристику отдельных видов мяса.

Выставление оценок. Анализ урока.

1. *Домашнее задание (2-3мин.)*