МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. КРАСНЫЙ ЯР»

ЭНГЕЛЬССКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

**Творческий проект**

**«Сервировка стола к завтраку»**

                      Работу выполнила:

                                              ученица 5 «А» класса

Апатьева Ангелина Евгеньевна

                     Руководитель проекта:

                             учитель технологии

                Калинко Мария Александровна

**2014 уч. г.**

**Творческий проект «Сервировка стола к завтраку».**

**Цель проекта:**

1. Приготовить завтрак и выполнить сервировку стола.

**Задачи проекта:**

1. Оценить свои возможности в творческой деятельности.

2. Разобрать проект,  то есть довести возникшую идею до реальных результатов: выполнить изделия (или услугу).

3. Применить приготовленное на практике.

4. Оценить проделанную работу.

**Последовательность выполнения проекта.**

1. Обосновать возникшую проблему.
2. Выбор блюд.
3. Выбор продуктов.
4. Инвентарь и посуда.
5. Составить технологическую карту приготовления блюд.
6. Безопасность труда.
7. Экономические расчеты.
8. Сервировка стола.
9. Самооценка.

*Опорная схема*

Выбор блюд Безопасность труда Себестоимость

Выбор продуктов Завтрак Эстетичность

Инвентарь и посуда Технология Сервировка стола

приготовления

1. **Обоснование возникшей проблемы.**

Сегодня воскресный день, и я решила сделать сюрприз своим родителям – приготовить завтрак для всей семьи. Для этого я вспомнила всё, чему нас учила наша учительница Калинко Мария Александровна на уроках технологии.

1. **Выбор блюд.**

**Идеи:**

**1 идея**

Я решила приготовить на завтрак яйцо в мешочек, бутерброд «канапе» с колбасой и сыром, фруктовый салат и чай с лимоном.

**Как делать этот завтрак.**

1. Яйцо сварить в мешочек.
2. Канапе: надеть на шпажку хлеб, колбасу, сыр.
3. Фруктовый салат: взять яблоки, груши, апельсины, виноград, бананы, все фрукты разрезать на кубики положить всё в салатницу и заправить йогуртом.
4. Заварить черный чай, добавить дольку лимона и сахар по вкусу.

**2 идея.**

Я решила приготовить на завтрак  омлет, бутерброд с маслом, кофе с молоком.

**Как делать этот завтрак.**

1.Для омлета я сделаю яично-молочную смесь и поджарю на масле.

2.Для бутербродов я намажу ломтики белого хлеба сливочным маслом.

3. Приготовлю растворимый кофе, добавлю молоко и сахар.

**3 Идея.**

Я решила приготовить на завтрак овощной салат, гренки с сосисками и какао.

**Как делать этот завтрак**.

1. Для салата я нарежу овощи: помидоры и огурцы – кружочками, болгарский перец – кольцами. Заправлю салат растительным маслом и украшу зеленью.
2. Для гренок я обжарю ломтики хлеба и сосиски, сверху положу ломтик сыра, и все запеку в микроволновой печке.
3. Приготовлю какао с молоком.
4. **Выбор продуктов.**

Из предложенных мною завтраков я выбрала завтрак № 1, так как этот вид завтрака больше всего подходит для моей семьи. Этот вид завтрака сочетает в себе все ингредиенты, которые полезны и необходимы с утра.

**Виды продуктов, которые мне понадобятся**

Яблоки – 2 шт

Груши – 2 шт

Виноград – 100 гр

Апельсины -2 шт

Бананы -2 шт

Йогурт – 250 гр

Яйцо - 3 шт

Чай - 50 гр

Лимон -1 шт

Сахар – 60 гр

Хлеб – 3 ломтика

Сыр -100 гр

Колбаса – 100 гр

1. **Инвентарь и посуда.**

Для работы мне понадобятся следующая посуда и инвентарь:

1. Ножи.
2. Доски.
3. Ложки столовые.
4. Ложки чайные.
5. Миски.
6. Пашотница
7. Кастрюля.
8. Чайник для заваривания чая.
9. Чашки.
10. **Составить технологическую карту приготовления блюд.**

Технологическую карту приготовления блюд я представила в виде таблицы.

**Технологическая карта**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Продукты** | **Кол –во продуктов** | **Технологическая последовательность** | **Посуда и инвентарь** |
| Яблоки | 2 штуки | Вымыть, очистить, нарезать кубиками | Нож, разд. доска  Салатник |
| Груши | 2 штуки | Вымыть, очистить, нарезать кубиками | Нож, разд. доска  Салатник |
| Виноград | 100грамм | Вымыть, нарезать | Нож, разд. доска  Салатник |
| Апельсины | 2 штуки | Вымыть, очистить, нарезать кубиками | Нож, разд. доска  Салатник |
| Бананы | 2 штуки | Вымыть, очистить, нарезать кубиками | Нож, разд. Доска  Салатник |
| Йогурт | 250 грамм | Соединить продукты и заправить йогуртом | Ст. ложка, салатник |
| Яйцо | 3 шт | Сварить «в мешочек». | Кастрюля |
| Чай | 2-3 ч. ложки | Всыпать чай и залить кипятком на 1/3. Дать настояться 5-8 минут и долить чай ник горячей водой доверху. | Чайник для заваривания чая |
| Сахар | 60 грамм | Засыпать в приготовленный чай | Чайная ложка |
| Хлеб | 3 ломтика | Нарезать ломтиками | Доска разделочная, нож |
| Сыр | 100 грамм | Нарезать  ломтиками | Доска разделочная, нож |
| Колбаса | 100 грамм | Нарезать ломтиками | Доска разделочная, нож |

1. **Безопасность труда.**

**Работать в:**

1. Фартук.
2. Косынка.
3. Иметь прихватки.
4. Иметь полотенце.
5. Аккуратно работать с ножами.
6. Мыть продукты перед приготовлением.
7. Помыть руки перед приготовлением пищи.

**Техника безопасности при работе**

1. Надеть спецодежду, волосы убрать под косынку.

2. Проверить исправность кухонного инвентаря и его маркировку.

3. Проверить целостность эмалированной посуды, отсутствие сколов эмали, а также отсутствие трещин и сколов столовой посуды.

4. Включить вытяжную вентиляцию.

**Требования безопасности во время работы**

1. Для приготовления пищи пользоваться только эмалированной посудой, не рекомендуется пользоваться алюминиевой посудой и запрещается пользоваться пластмассовой посудой.

2. Соблюдать осторожность при чистке овощей. Картофель чистить желобковым ножом, рыбу скребком.

3. Хлеб, гастрономические изделия, овощи и другие продукты нарезать хорошо наточенными ножами на разделочных досках, соблюдая правильные приемы резания: пальцы левой руки должны быть согнуты и находиться на некотором расстоянии от лезвия ножа. Сырые и вареные овощи, мясо, рыбу, хлеб нарезать на разных разделочных досках в соответствии с их маркировкой.

4. Соблюдать осторожность при работе с ручными терками, надежно удерживать обрабатываемые продукты, не обрабатывать мелкие части.

5. Передавать ножи и вилки друг другу только ручками веред.

6. Пищевые отходы для временного их хранения убирать в урну с крышкой.

7. Следить, чтобы при закипании содержимое посуды не выливалось через край, крышки горячей посуды брать полотенцем или прихваткой и открывать от себя.

8. Сковородку ставить и снимать с плиты сковородником.

**Требования безопасности по окончании работы**

1. Тщательно вымыть рабочие столы, посуду и кухонный инвентарь.

2. Вынести мусор, отходы и очистки в отведенное место.

3. Снять спецодежду, выключить вытяжную вентиляцию и тщательно вымыть руки с мылом.

1. **Стоимость.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Продукты | Количество | Стоимость за 1кг | Стоимость |
| Яблоки | 2 штуки | 100 р | 30 р |
| Груши | 2 штуки | 120 р | 45 р |
| Виноград | 100 грамм | 200 р | 20 р |
| Апельсины | 2 штуки | 70 р | 35 р |
| Бананы | 2 штуки | 60 р | 28 р |
| Йогурт | 250 грамм | 140 р | 35 р |
| Яйцо | 3 шт | 60 р | 18 р |
| Чай | 2-3 ч. ложки | 50 р | 15 р |
| Сахар | 100 грамм | 60 р | 6 р |
| Хлеб | 3 ломтика | 20 р | 10 р |
| Сыр | 100 грамм | 300 р | 30 р |
| Колбаса | 100 грамм | 250 р | 25 р |
| **ИТОГО** |  |  | **297 р** |

1. **Сервировка стола.**

**Завтрак** — утренний приём пищи. Приятный завтрак в кругу семьи будет способствовать хорошему настроению на весь день. Для сервировки утреннего стола набор предметов подбирают в зависимости от блюд, входящих в меню.

**Меню** — это перечень предлагаемых блюд и напитков. В состав меню завтрака могут входить: горячие напитки: чай, кофе, какао, молоко и др.; горячие блюда: каша, омлет, яичница и др.; гастрономические продукты: бутерброды, хлеб, кондитерские изделия, мясо, колбаса, сыр, масло, варёное яйцо и др.

Сервировку стола выполняют в определённой последовательности.

1. **Накрывание стола скатертью.** Тщательно отутюженную скатерть кладут на стол так, чтобы центральный сгиб был расположен по оси стола. Форма скатерти должна соответствовать форме стола, края — касаться сидений стульев (25—30 см от края столешницы).

Для сервировки стола к завтраку можно использовать цветные скатерти или скатерти с рисунком светлых тонов из льняной или хлопчатобумажной ткани. Вместо скатерти под каждый прибор можно положить сет — небольшую скатерть, или деревянную, пластмассовую подставку для посуды.

1. **Сервировка стола посудой и приборами.** Выполняют с учётом выбранного меню (рис. 6).



***Рис. 6. Сервировка стола посудой и приборами***

Закусочную тарелку диаметром 20 см (для холодных и горячих закусок) ставят точно против стула на расстоянии 2 см от края стола. Пирожковую тарелку диаметром 17,5 см (для подачи хлеба, булочек, тостов) ставят на расстоянии 5—10 см слева от закусочной.

**Помните!** Центры тарелок должны находиться на одной линии.

Приборы предварительно отполировывают и размещают справа и слева от закусочной тарелки. Располагают их строго параллельно друг другу и перпендикулярно краю стола. Расстояние между закусочной тарелкой и приборами должно быть около 0,5 см. Помните! Расстояние от края стола до ручек приборов равно 2 см. Справа от закусочной тарелки кладут нож лезвием к тарелке, слева — вилку зубцами вверх. Если понадобится только нож или только вилка, прибор кладут с правой стороны. Если в меню есть сливочное масло, на пирожковую тарелку кладут персональный нож для масла.

Если еда прервана, столовые приборы кладут на край тарелки или крест-накрест. По окончании приёма пищи приборы кладут параллельно друг другу или крест-накрест (рис. 7).



***Рис. 7. Положение приборов***

При подаче каши используют глубокую столовую или десертную тарелку, которую ставят на закусочную. К ней подаётся десертная ложка. Её располагают справа носиком вверх.

Блюдце с чашкой (стеклянную посуду) располагают справа от закусочной тарелки, возле кончика закусочного ножа. Ручку чашки обращают влево, чайную ложку кладут на блюдце перед чашкой ручкой вправо.

Если чай и кофе подают без сахара, то сахарницу располагают в центре стола. Если горячие напитки сразу не разливают в чашки, то на стол ставят чайник или кофейник. К ним подают молочник или сливочник, который ставят на небольшую тарелочку и располагают так, чтобы было удобно пользоваться.

При подаче сваренного яйца используют специальную подставку — пашотницу (рис. 8). Её ставят сначала на небольшое блюдце, затем на закусочную тарелку или справа от неё. Для яиц подают небольшую ложечку (лучше специальную пластмассовую или чайную).



***Рис. 8. Пашотница***

Общие блюда подают с приборами для раскладывания. Их располагают в центре стола: на тарелках — гастрономические продукты, нарезанные тонкими кусочками; в низкой хлебнице или корзиночке — хлеб или кондитерские изделия; сахар — в сахарнице; варенье или мёд — в розетке или вазочке; масло — в маслёнке; сыр — цельным куском на специальной фарфоровой доске.

1. **Оформление стола салфетками.** Для завтрака, как правило, используют салфетки размером 32x32 см, которые кладут или ставят на закусочную тарелку. Бумажные салфетки ставят в салфетницу.

**Помните!** По окончании приёма пищи салфетку кладут справа от тарелки.

1. **Расстановка приборов для специй, ваз с цветами.** Приборы для специй размещают в средней части стола в специальных подставках. Маленький букетик цветов (желательно свежих) ставят в удобном месте стола в невысокой вазе.
2. **Сейчас принято пользоваться бумажными салфетками.** Это недорого, практично и особенно удобно в утренние часы всей недели, кроме воскресного дня. Семейный завтрак в воскресенье или в праздничный день, когда за столом собирается вся семья, по убранству стола должен отличаться от повседневного. В такие дни необходимо приучать  детей к пользованию салфетками, приборами, к манерам правильного поведения за столом.

****

Итак, на стол к завтраку я решила постелить белую скатерть. На середину стола поставила вазу с цветами, слева поставлю пирожковую тарелку с узорами, справа закусочную, а посередине главную тарелку.  Слева положу вилку, справа положу ложку и нож. Справа от закусочной  тарелки поставлю чашку с блюдцем и чайной ложкой, а слева вазу с салфетками

**Правила как вести себя за столом**

1. Сидеть за столом надо прямо, на столе могут находиться только кисти рук.
2. Салфетку берут с тарелки тогда, когда подают блюдо. Её кладут на колени. Окончив есть, её, слегка скомкав, кладут на стол слева от тарелки.
3. Во время еды не откусывают сразу несколько больших кусков – это не красиво.
4. Не разговаривать с полным ртом. Если вам задали вопрос, следует сначала проглотить пищу, а потом ответить.
5. Во время еды не прихлебывают громко, не дуют на слишком горячее блюдо, не стучат ложкой по тарелке. Есть следует бесшумно.
6. Хлеб, булочки берут руками.
7. Мясо отрезают маленькими кусочками.
8. Гарнир – овощи, картошку, макароны, вермишель – набирают на вилку с помощью ножа.
9. Рыбные блюда берут с помощью столового прибора. В конце еды лимон, который всегда подается к рыбным блюдам, прикладывают к губам для уничтожения рыбного запаха.
10. Не едят с ножа - это не красиво и можно порезать рот.
11. Сырники, котлеты, яичницу, запеканку, заливное, т.е. мягкие блюда, ножом не режут – их легко разломить вилкой.
12. Косточки от компота не выплевывают прямо на блюдце. Следует поднести ложку ко рту, затем вытолкнуть языком косточку и положить на блюдце.
13. Если нужно что – нибудь взять себе с общего блюда, не тянуться через весь стол, а просят соседа по столу передать.
14. Из общего блюда берут ближний к себе кусок, не выбирая.
15. Закончив еду, приборы кладут к себе в тарелку. Если нож или вилка упали на пол, их не поднимают, а просят подать новые.
16. Когда пьют чай, не оставляют чайную ложку в чашке. Размешивать сахар следует бесшумно. Размешав сахар, ложку кладут на блюдце.
17. За едой не читают – это не только невежливо по отношению к окружающим, но и вредно.
18. **Самооценка.**

Я считаю, что мой проект удался. Мне и моим родителям очень понравился завтрак, и родители меня похвалили. Изящные завтраки по выходным становятся во многих семьях доброй традицией, сближающей родных и близких друг с другом. При выполнении проекта я больше узнала о правилах этикета, видах сервировки стола, назначении приборов для различной пищи. И самое главное я впервые приготовила самостоятельно завтрак для своей семьи. И мне это доставило огромное удовольствие. Я уверена , что это не последний мной приготовленный завтрак.

Я сделала вывод, что принимать пищу за красиво сервированным столом очень приятно.

Большое Всем спасибо за внимание!