

Государственное профессиональное образовательное учреждение  
«Анжеро-Судженский политехнический колледж»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГПОУ АСПК

Д.Ф. Ахмерова




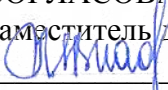
**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебной дисциплины ПОО.15 Основы диетического питания  
код, профессия 43.01.09 Повар, кондитер  
курсы 2 № группы 33  
форма обучения очная

Анжеро-Судженск 2023

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее ФГОС СПО) по профессии 43.01.09 Повар, кондитер.

РАССМОТРЕНА  
на заседании МК профессий  
43.01.09, 23.01.17, 15.01.05, 21.01.15  
Протокол № 8  
от «24» мая 2023 г.  
Председатель МК  
  
Подпись /Бурлаченко Ю.И.  
Ф.И.О.

СОГЛАСОВАНА  
Заместитель директора по УР  
  
Н.В.Михеева  
«31» мая 2023г.

Разработчик (и): Иноземцева Анна Александровна, преподаватель

Рецензент (ы): Вахрамеева Т.В., директор МБУ «Комбинат детского питания»

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	4
<b>2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	5
<b>3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	7
<b>4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	11

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

## ПОО.15 Основы диетического питания

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих в соответствии с ФГОС СПО по профессии 43.01.09 Повар, кондитер

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (подготовка поваров, кондитеров 5-6 разрядов) и профессиональной подготовке специалистов детского, диетического питания.

### 1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

ПОО.15 Основы диетического питания изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ППКРС на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, входит в дополнительные учебные дисциплины, предлагаемые профессиональной образовательной организацией.

### 1.3. Цель и задачи освоения дисциплины:

Содержание программы ПОО.15 Основы диетического питания направлено на достижение **цели:** освоение обучающимися содержания учебной дисциплины «Основы диетического питания» и достижение результатов ее изучения в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования и решение следующих **задач:**

- формировать представления о профессии как универсальном языке мастерства, средстве моделирования фантазий;
- развивать логическое мышление, пространственное воображение на уровне, необходимом для будущей профессиональной деятельности, а также последующего обучения;
- обеспечить освоение профессиональных знаний и умений, необходимых в повседневной жизни;
- сформировать понимание значимости предмета для научно-технического прогресса, отношение к предмету как к части общечеловеческой культуры через знакомство с историей развития культуры, эволюцией идей.

### 1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальная учебная нагрузка обучающегося 64 часа, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 54 часа;
- самостоятельная работа обучающегося 10 часов;
- консультации 0 часов.

## 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Содержание ПОО.15 Основы диетического питания направлено на развитие универсальных учебных действий, формирование личностных, метапредметных и предметных результатов ФГОС СОО, а также общих компетенций ФГОС СПО профессии 43.01.09 Повар, кондитер.

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.

Результаты освоения ПОО.15 Основы диетического питания в соответствии с ФГОС СОО	Общие компетенции по ФГОС СПО
<b>Личностные:</b>	
сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;	ОК 2, ОК 3, ОК 4
сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;	ОК 2, ОК 4, ОК 9
толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;	ОК 3, ОК 4, ОК 10
навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;	ОК 3, ОК 4
готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;	ОК 2, ОК 3
<b>Метапредметные:</b>	
умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;	ОК 2, ОК 3
умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;	ОК 2, ОК3, ОК4,

владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;	ОК 2, ОК 3
готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;	ОК 4, ОК 3, ОК 9, ОК 10
владение языковыми средствами: умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;	ОК 1
владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств для их достижения	ОК 2, ОК 3, ОК 4
<b>Предметные</b>	
сформированность представлений, обосновании утверждений и рассуждений о предмете	ОК 2, ОК 4 ,ОК 10
сформированность понятийного аппарата по основным разделам курса	ОК 2, ОК 4
сформированность умений моделировать реальные ситуации, интерпретировать полученный результат	ОК 2, ОК 3, ОК 9
сформированность представлений об основных понятиях	ОК1, ОК 2, ОК 3, ОК 4
владение умениями составления технологических карт по условию задания и вычисления результата	ОК1, ОК 2, ОК 4

### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>64</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>54</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	18
практические занятия	36
лабораторные работы	-
контрольные работы	-
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>10</b>
Консультации	-
<b>Промежуточная аттестация в форме <i>итоговый контроль</i></b>	

**3.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ПОО.15 Основы диетического питания, в том числе с учетом рабочей программы воспитания**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Тема 1.1. Значение продуктов в лечебном питании	<b>Содержание учебного материала</b>	4	ОК 1-4,9,10
	1.Понятие лечебного, диетического питания. Влияние химического состава продуктов на здоровье человека. 2.Приемы тепловой обработки для лечебного питания		
Тема 1.2. Виды и характеристики диет	<b>Содержание учебного материала</b>	6	ОК 1-4,9,10
	1. Номера и характеристики диет. Диета №1 2. Диета № 2,5 3. Диета № 7,9		
Тема 1.3. Приготовление холодных диетических блюд	<b>Содержание учебного материала</b>	4	ОК 1-4,9,10
	1.Технология приготовления холодных блюд и закусок для основных диет 2. Требования к качеству, подбор продуктов, условия и сроки хранения		
	<b>Тематика практических занятий</b>	4	
	1. Приготовление холодных блюд для диет № 1,2,5: свекла со сметаной, салат из свеклы с черносливом, фрикадельки рыбные в маринаде, мясной сырок с соусом 2. Органолептическая оценка блюд		
	<b>Самостоятельная работа</b>	10	



	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приготовление блюд для детских праздников</li> <li>2. Ценностные ориентации личности в системе общения</li> <li>3. Изучение Санитарных норм и правил в детском питании</li> <li>4. Лечебное питание при сахарном диабете</li> <li>5. Диетическое питание при ожирении различной степени</li> </ul>		
<b>Тема 1.4. Приготовление супов</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	<b>ОК 1-4,9,10</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Технология приготовления слизистых, вегетарианских, протертых, прозрачных супов</li> <li>2. Дополнительные гарниры и изделия для подачи супов</li> </ul>		
	<b>Тематика практических занятий</b>	<b>2</b>	
	3. Приготовление диетических супов: суп слизистый из крупы с куриным пюре, бульон с яичными хлопьями, борщ, суп-пюре молочный с овощами. Органолептическая оценка блюд		
<b>Тема 1.5. Приготовление вторых горячих блюд</b>	<b>Тематика практических занятий</b>	<b>8</b>	<b>ОК 1-4,9,10</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Технология приготовления блюд из мяса, птицы для диет № 1,2,5,7,9.</li> <li>2. Технология приготовления рыбы для диет № 1,2,5,7,9.</li> <li>3. Технология приготовления субпродуктов для диет № 1,2,5,7,9</li> <li>4. Приготовление гарниров, блюд из мяса, птицы, рыбы, субпродуктов</li> </ul>		
<b>Тема 1.6. Сладкие блюда и напитки</b>	<b>Тематика практических занятий</b>	<b>4</b>	<b>ОК 1-4,9,10</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Технология приготовления сладких блюд и напитков. Требование к качеству, сроки хранения</li> <li>2. Приготовление сладких блюд и напитков. Органолептическая оценка блюд</li> </ul>		
<b>Тема 1.7.</b>	<b>Тематика практических занятий</b>	<b>6</b>	<b>ОК 1-4,9,10</b>

<p><b>Особенности питания детей разных возрастов</b></p>	<p>1.Значение пищи в детском питании. Оборудование и инвентарь  2.Принципы составления примерных меню и суточных рационов  3.Составление суточного рациона для детей разновозрастных групп дошкольного и школьного возраста. Разработка на основе рационов примерных 2-недельных меню</p>		
<p><b>Тема 1.8. Приготовление холодных блюд и закусок, первых блюд, гарниров и вторых блюд, сладких блюд, напитков, мучных кулинарных изделий</b></p>	<p><b>Тематика практических занятий</b></p> <p>1.Технология приготовления холодных блюд и закусок для детей разных групп детей  2. Особенности технологии приготовления и подачи первых блюд в детском питании. Требования к качеству, сроки хранения  3. Особенности приготовления и подачи гарниров для разновозрастных групп  4. Приготовление простых блюд из мяса, птицы и рыбы  5. Особенности приготовления сладких блюд и напитков  6.Технология приготовления мучных кулинарных изделий</p>	<p><b>12</b></p>	<p><b>ОК 1-4,9,10</b></p>

#### 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации программы учебной дисциплины имеется кабинет №45. Помещение кабинета удовлетворяет требованиям и оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

##### **Оборудование учебного кабинета**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- шкафы для хранения учебно-методической документации и наглядных пособий;
- классная доска

##### **Учебно-методические средства обучения**

- учебно-методический комплекс преподавателя.

**Технические средства обучения:** компьютер, интерактивная доска, проектор.

**Лаборатория для проведения лабораторных и практических занятий оснащенная необходимым для реализации программы дисциплины оборудованием:**

- Рабочее место преподавателя.
- Место для презентации готовой кулинарной продукции (обеденный стол, стулья, шкаф для столовой посуды).

Основное и вспомогательное технологическое оборудование:

- Весы настольные электронные;
- Пароконвектомат;
- Конвекционная печь или жарочный шкаф;
- Микроволновая печь;
- Расстоечный шкаф;
- Плита электрическая;
- Фритюрница;
- Электрогриль (жарочная поверхность);
- Шкаф холодильный;
- Шкаф морозильный;
- Тестораскаточная машина;
- Планетарный миксер;
- Блендер (ручной с дополнительной насадкой для взбивания);
- Мясорубка;
- Овощерезка или процессор кухонный;
- Слайсер;
- Миксер для коктейлей;
- Соковыжималки (для цитрусовых, универсальная);
- Кофемашина с капучинатором;
- Кофемолка;
- Газовая горелка (для карамелизации);
- Набор инструментов для карвинга;
- Машина посудомоечная;
- Стол производственный с моечной ванной;
- Стеллаж передвижной;
- Моечная ванна двухсекционная.

## **4.2. Информационное обеспечение реализации программы**

### **4.2.1. Основные источники**

1. Пасько, О.В. Технология продукции общественного питания. Лабораторный практикум: учебное пособие для СПО/ О.В. Пасько-Москва: Юрайт, 2019.-268с.- ISBN 978-5-534-07919-7

2. Анфимова, Н.А. Кулинария: учебник для студентов учреждений сред. проф. образования / Н.А. Анфимова-Москва.: Академия, 2020.-400с.- ISBN 978-5-4468-8633-3

3. Чаблин, Б. В. Оборудование предприятий общественного питания: учебник для среднего профессионального образования / Б. В. Чаблин, И. А. Евдокимов. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 695 с. — (Профессиональное образование) // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456684>

4. Бессарабов Б.Ф. Технология производства яиц и мяса птицы на промышленной основе: учебное пособие для СПО / Б.Ф. Бессарабов, А.А. Крыканов, Н.П. Могильда. - 2-е изд., стер.- Санкт-Петербург: Лань, 2021.- 336 с.: ил. – Текст: непосредственный.

5. Пасько, О. В. Проектирование предприятий общественного питания. Доготовочные цеха и торговые помещения: учебное пособие для среднего профессионального образования / О. В. Пасько, О. В. Автюхова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 231 с. — (Профессиональное образование) // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452951>

### **4.2.2. Дополнительные источники**

1. Иванова, Е.Е. Технология морепродуктов: учебное пособие для СПО/ Е.Е. Иванова – Москва: Юрайт, 2019.-208с.- ISBN 978-5-534-09389-6

2. Матюхина З. П. Товароведение пищевых продуктов : учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / З.П. Матюхина.- 11-е изд., стер. – Москва: Издательский центр «Академия», 2019. – 336 с.

### **4.2.3. Интернет-ресурсы**

СанПиН 2.3.6. 1079-01 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья: постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 08 ноября 2001 г. № 31 [в редакции СП 2.3.6. 2867-11 «Изменения и дополнения» № 4»]. — [http://ohranatruda.ru/ot\\_biblio/normativ/data\\_normativ/9/9744/](http://ohranatruda.ru/ot_biblio/normativ/data_normativ/9/9744/)