

# Технологія дієтичного харчування

На вивчення навчальної дисципліни  
відводиться 60 годин, 2 кредити ECTS.

Викладачка: Зоряна Гураль

# Вимоги до знань та вмінь:

- зміни основних поживних речовин, які відбуваються в процесі кулінарної обробки і вплив їх на засвоєння, якість готових страв і кулінарних виробів;
- методи раціонального використання сировини і впровадження безвідходної, ресурсозберігаючої технології;
- умови, терміни зберігання і реалізації напівфабрикатів і готових виробів;
- виробництво і використання охолоджених, швидкозаморожених напівфабрикатів і готових виробів;
- особливості приготування і асортимент страв для харчування школярів та учнів ПТУ у дієтичному харчуванні.

В результаті вивчення дисципліни студенти:

- **повинні знати:** визначити якість сировини, яка поступила, напівфабрикатів традиційних і високої степені готовності, виготовляти напівфабрикати, страви, кулінарні і кондитерські вироби широкого асортименту і високої якості, дотримуватись умов технологічного процесу приготування і відпуску, норм закладки сировини; раціонально використовувати сировину, обладнання та інвентар; оцінювати якість готової продукції; раціонально використовувати харчові відходи; користуватися нормативно-технічною документацією; проводити розрахунки кількості продуктів, необхідних для приготування страв, кулінарних виробів і напоїв; складати технологічні карти і алгоритми приготування страв.
- **повинні вміти:** застосовувати асортимент напівфабрикатів, готових страв, кулінарних і кондитерських виробів із застосуванням прогресивних інноваційних технологій; естетичні вимоги до оформлення і відпуску готової продукції; вимоги стандартів, технічних умов і технологічних інструкцій до якості сировини, яка використовується, напівфабрикатів, готових виробів.

Тема 1. Вступ. Основи дієтичного харчування. Характеристика дієт №1, 2, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 15.

Лабораторна робота №1. Технологія приготування і відпуску дієтичних страв з овочів, круп, макаронних виробів, перших страв і соусів. Розрахунок денного меню згідно таблиці калорійності страв.

Тема 2. Асортимент, особливості приготування та відпуску дієтичних страв з м'яса, субпродуктів, кролика, птиці, риби і морепродуктів, сиру і яєць.

Лабораторна робота №2. Асортимент, особливості приготування та відпуску дієтичних страв з м'яса, риби, птиці, кролика, сиру і яєць.

Лабораторна робота №3. Технологічні процеси приготування і відпуску дієтичних страві виробів з тіста, солодкі напої, кисломолочні продукти.

Тема 3. Особливості приготування та відпуску страв для хворих з цукровим діабетом. Маскуючі страви, страви з гематогену і дріжджів. Страви з харчовими речовинами, які виводять радіонукліди і підвищують захисні функції організму.