

Автономная некоммерческая организация профессионального образования
Учебно-методический центр «ТРИАДА»

(АНО ПО УМЦ «ТРИАДА»)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

_____ Т.А. Чупрова

«____» _____ 2018 г.

Рабочая программа

По дисциплине: «Основы физиологии питания, санитарии и гигиены»
для профессионального обучения по профессии «Повар»

Иркутск 2018

Цель обучения: подготовка поваров 3 уровня квалификации (повар 2, 3 разряда). В процессе обучения необходимо прочно усвоить физиологию питания, микробиологию, правила гигиены и санитарии на предприятиях общественного питания.

ПК 1.1 Подготовка к работе основного производства организации питания и своего рабочего места, уборка рабочего места в соответствии с инструкциями и регламентами организации питания.

ПК 1.2 Проверка технологического оборудования, производственного инвентаря, инструмента, весоизмерительных приборов основного производства организации питания по заданию повара.

ПК 1.3 Упаковка и складирование по заданию повара пищевых продуктов, используемых в приготовлении блюд, напитков и кулинарных изделий или оставшихся после их приготовления, с учетом требований к безопасности и условиям хранения.

*В результате освоения дисциплины слушатель должен **знать**:*

- нормативные правовые акты Российской Федерации, регулирующие деятельность организаций питания;
- требования охраны труда, производственной санитарии и пожарной безопасности в организациях питания;
- требования к качеству, срокам и условия хранения, признаки и органолептические методы определения доброкачественности пищевых продуктов, используемых в приготовлении блюд, напитков и кулинарных изделий;

*В результате освоения дисциплины слушатель должен **уметь**:*

- производить работы по подготовке рабочего места и технологического оборудования, производственного инвентаря, инструмента, весоизмерительных приборов, используемых при приготовлении блюд, напитков и кулинарных изделий;
- соблюдать стандарты чистоты на рабочем месте основного производства организации питания;
- применять регламенты, стандарты и нормативно-техническую документацию, используемую при производстве блюд, напитков и кулинарных изделий.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	темы	Кол-во часов			
		всего	В т.ч. лекции	В т.ч. практич	В т.ч. СРС
1	Основы физиологии питания	3	2		1
	<p>Понятие о физиологии питания, микробиологии, гигиене и санитарии. Пищевые вещества и их значение. Биологическое значение пищи. Химический состав. Белки, углеводы, жиры и их значение. Суточная норма, калорийность.</p> <p>Минеральные соли, соли железа, натрия, калия, фосфора, кальция, йода. Вода, значение для организма, норма потребления. Витамины. Понятие о гиповитаминозе и авитаминозе. Процесс пищеварения. Понятие усвояемости пищи. Суточный расход энергии. Питание различных групп населения. Нормы и принципы рационального питания для различных групп населения. Режим питания.</p> <p>Понятие о микроорганизмах и характеристика основных групп микроорганизмов. Понятие о брожении. Понятие о патогенных микроорганизмах. Бактерионосительство. Пищевые инфекции; источники инфицирования продуктов. Профилактика пищевых инфекций. Венерические заболевания, их предупреждение. Профилактика СПИДа.</p> <p>Пищевые отравления и их классификация. Гельминтозы и их профилактика.</p> <p>Пищевые токсикоинфекции. Условно-патогенные</p>				

<p>микробы, кишечная палочка. Меры профилактики токсикоинфекций.</p> <p>Пищевые интоксикации. Стафилакокк. Ботулизм. Причины возникновения отравления. Пищевые отравления небактериального происхождения. Гельминтозы, их виды. Меры предупреждения заражения гельминтами.</p> <p>Понятие о гигиене труда. Профессиональные вредности. Санитарные требования к устройству, оборудованию, содержанию предприятий, помещений общественного питания. Правила пользования моющими и дезинфицирующими средствами. Инвентарь для уборки помещений. Дезинфекция, дератизация. Санитарные требования к оборудованию и инвентарю, посуде, таре, к транспортировке и хранению пищевых продуктов.</p> <p>Кулинарная обработка пищевых продуктов. Санитарные требования к механической кулинарной обработке, к нарезке хлеба, приготовлению фарша, обработке субпродуктов, овощей, используемых без тепловой обработке</p> <p>Санитарные требования к тепловой кулинарной обработке продуктов. Санитарные требования к обработке яиц, меланжа, яичного порошка; творога, использованию ароматических веществ и пищевых красителей. Сроки хранения и реализации блюд.</p> <p>Правила личной гигиены. Санитарный режим работников на производстве. Правила мытья и дезинфекции рук. Чистка одежды, обуви. Медицинский осмотр и обследования на бактерио- и глистозительство, туберкулез, кожные и венерические заболевания. Личная санитарная книжка работника, порядок ее заполнения и хранения.</p>				
Промежуточная аттестация зачет	1		1	
ИТОГО	4	2	1	1

Содержание дисциплины

Тема 1 Основы физиологии питания

Общее понятие о физиологии питания, микробиологии, гигиене и санитарии на предприятиях общественного питания.

Пищевые вещества и их значение.

Биологическое значение пищи. Химический состав. Основные питательные вещества и их значение для организма. Белки, их значение. Продукты, богатые белками. Суточная норма, калорийность.

Углеводы, их значение, норма. Превращение углеводов в жиры при избыточном питании. Жиры, их значение. Рациональное соотношение животных и растительных жиров.

Минеральные соли - значение в питании. Соли железа, натрия, калия, фосфора, кальция, йода. Вода, значение для организма, норма потребления.

Витамины — значение в питании. Понятие о гиповитаминозе и авитаминозе. Водорастворимые витамины В» и С. Жирорастворимые витамины А и Д. Сохранение витаминов при кулинарной обработке продуктов.

Процесс пищеварения. Понятие усвояемости пищи. Влияние на усвояемость внешнего вида, вкуса и запаха пищи, культуры обслуживания.

Общее понятие об обмене веществ. Суточный расход энергии. Факторы, влияющие на обмен веществ.

Питание различных групп населения. Нормы и принципы рационального питания для различных групп населения. Режим питания.

Понятие о микроорганизмах, влияние на них условий внешней среды. Общая характеристика основных групп микроорганизмов и процессов их жизнедеятельности. Микробы, вызывающие порчу пищевых продуктов. Понятие о брожении, использование его в пищевой промышленности и общественном питании (брожение теста, квашение капусты и т.д.).

Понятие о патогенных микроорганизмах. Бактерионосительство: опасность бактерионосителей, работающих в предприятиях общественного питания:

Пищевые инфекции; источники инфицирования продуктов. Профилактика пищевых инфекций.

Венерические заболевания, их предупреждение.

Профилактика СПИДа.

Пищевые отравления, гельминтозы и их профилактика. Пищевые отравления, их классификация. Пищевые отравления бактериального происхождения: токсикоинфекция и интоксикация.

Пищевые токсикоинфекции. Условно-патогенные микробы, вызывающие пищевые токсикоинфекции (кишечная палочка, протей). Роль кишечной палочки и протей в возникновении токсикоинфекции. Кишечная палочка — показатель загрязнения предприятий. Меры профилактики токсикоинфекций.

Пищевые интоксикации. Отравления токсином стафилакокка. Продукты, с которыми связаны эти отравления. Меры профилактики. Ботулизм. Причины возникновения отравления. Основные мероприятия по предупреждению ботулизма.

Пищевые отравления небактериального происхождения. Отравления несъедобными продуктами растительного и животного происхождения. Меры профилактики.

Гельминтозы, их виды. Меры предупреждения заражения гельминтами. Борьба с гельминтоносительством.

Понятие о гигиене труда. Профессиональные вредности.

Санитарные требования к устройству, оборудованию, содержанию предприятий общественного питания.

Санитарные требования к устройству и содержанию помещений предприятий общественного питания. Способы и средства уборки помещений. Правила пользования моющими и дезинфицирующими средствами, способы их приготовления.

Инвентарь для уборки помещений.

Борьба с насекомыми (дезинфекция). Физические и химические средства борьбы с ними. Методы и средства борьбы с грызунами (дератизация).

Санитарные требования к оборудованию и инвентарю, посуде, таре. Недопустимость использования разделочных досок не по назначению. Лабораторный контроль санитарного состояния предприятий общественного питания.

Санитарные требования к транспортировке и хранению пищевых продуктов.

Санитарно-пищевое законодательство и организация санитарного пищевого надзора.

Влияние приемов кулинарной обработки пищевых продуктов на получение доброкачественной и безвредной пищи. Соблюдение гигиенических требований, технологического процесса приготовления блюд и напитков. Санитарные требования к механической кулинарной обработке. Санитарные требования к нарезке хлеба, приготовлению фарша, обработке субпродуктов, овощей, используемых без тепловой обработки.

Санитарные требования к тепловой кулинарной обработке продуктов. Значение соблюдения температурного режима и длительности обработки для предупреждения пищевых отравлений.

Санитарные требования к обработке яиц, меланжа, яичного порошка; творога, использованию ароматических веществ и пищевых красителей.

Сроки хранения и реализации блюд. Опасность обсеменения микробами готовых

блюд и кулинарных изделий.

Значение соблюдения правил личной гигиены в профилактике пищевых отравлений, кишечных инфекций, гельминтозов. Санитарный режим работников на производстве.

Уход за кожей тела и рук, ногтями, волосами; средство предупреждения заболеваний, Правила мытья и дезинфекции рук. Недопустимость работы при гнойничковых заболеваниях кожи рук, ангинах, заболеваниях зубов и катарах верхних дыхательных путей. Чистка одежды, обуви.

Требования к санитарной одежде, ее хранение.

Медицинский осмотр и обследования на бактерио- и глистоносительство, туберкулез, кожные и венерические заболевания. Заболевания, препятствующие допуску к работе в предприятиях общественного питания.

Личная санитарная книжка работника, порядок ее заполнения и хранения. Ответственность работников за соблюдение правил личной гигиены. Предохранительные прививки, их значение.

Самостоятельная работа слушателя

Кол-во часов	Наименование СРС
1	СРС. Нормы и принципы рационального питания для различных групп населения. Режим питания. Пищевые инфекции, источники инфицирования продуктов.

Перечень контрольных вопросов

1. Понятие о физиологии питания, микробиологии, гигиене и санитарии на предприятиях общественного питания.
2. Пищевые вещества и их значение
3. Биологическое значение пищи
4. Суточная норма, калорийность
5. Рациональное соотношение животных и растительных жиров.
6. Вода, значение для организма, норма потребления
7. Сохранение витаминов при кулинарной обработке продуктов.
8. Влияние на усвояемость внешнего вида, вкуса и запаха пищи, культуры обслуживания;
9. Суточный расход энергии. Факторы, влияющие на обмен веществ.
10. Нормы и принципы рационального питания для различных групп населения.
11. Общая характеристика основных групп микроорганизмов и процессов их жизнедеятельности.
12. Микробы, вызывающие порчу пищевых продуктов
13. Понятие о брожении, использование его в пищевой промышленности и общественном питании
14. Бактерионосительство-опасность бактерионосителей, работающих в предприятиях общественного питания.
15. Профилактика пищевых инфекций.
16. Венерические заболевания, их предупреждение
17. Профилактика СПИДа
18. Пищевые отравления, их классификация
19. Пищевые отравления бактериального происхождения: токсикоинфекция и интоксикация.
20. Роль кишечной палочки и протей в возникновении токсикоинфекции.
21. Меры профилактики токсикоинфекций
22. Отравления токсином стафилококка
23. Причины возникновения отравления
24. Основные мероприятия по предупреждению ботулизма

25. Отравления несъедобными продуктами растительного и животного происхождения.
26. Борьба с гельминтоносительством.
27. Санитарные требования к устройству, оборудованию, содержанию предприятий общественного питания.
28. Правила пользования моющими и дезинфицирующими средствами, способы их приготовления.
29. Инвентарь для уборки помещений
30. Санитарные требования к транспортировке и хранению пищевых продуктов
31. Соблюдение гигиенических требований, технологического процесса приготовления блюд и напитков.
32. Сроки хранения и реализации блюд.
33. Санитарный режим работников на производстве.
34. Требования к санитарной одежде, ее хранение
35. Личная санитарная книжка работника, порядок ее заполнения и хранения
36. Необходимость охраны окружающей среды
37. Административная и юридическая ответственность за нарушения в области природопользования и охраны окружающей среды.

Список литературы

Нормативные акты

1. Федеральный закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов». Утв. 02.01.200 ФЗ-29
2. Правила оказания услуг общественного питания (Постановление Правительства РФ от 15.08.97 № 1036 с изменениями и дополнениями от 21.06.2001 № 386)
3. СанПин 2.3.6.1078-01 «Гигиенические требования к безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов».
4. СанПин 42-123-4117-91 «Санитарные правила для предприятий общественного питания, включая кондитерские цехи и предприятия, вырабатывающие мягкое мороженное».
5. СанПин 2.3.2.1324-03 «Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов».

Основная литература

1. Рубина, Е. А. Микробиология, физиология питания, санитария. Учебное пособие / Е.А. Рубина, В.Ф. Малыгина. - Москва: Наука, 2015. - 240 с.
2. Шатун, Л.Г. Повар. Учебное пособие. – М.: Из-во «Дашков и К», 2015

Дополнительная литература

1. Казакова, З. А. Основы физиологии питания, гигиена и санитария / З.А. Казакова, К.М. Поминова, А.К. Меньшикова. - М.: Экономика, 2002. - 246 с.
2. Лутошкина, Г. Г. Основы физиологии питания / Г.Г. Лутошкина. - Москва: РГГУ, 2012. - 798 с.
3. Мартинчик, А. Н. Микробиология, физиология питания, санитария / А.Н. Мартинчик, А.А. Королев, Ю.В. Несвижский. - Москва: Наука, 2010. - 352 с.
4. Рубина, Е. А. Микробиология, физиология питания, санитария / Е.А. Рубина, В.Ф. Малыгина. - М.: Форум, 2009. - 240 с.

Программу разработала

А.В. Дивисенко