



Автономная некоммерческая организация дошкольного образования
«Планета детства «Лада»
(АНО ДО «Планета детства «Лада»)

ПРИНЯТА
на заседании
Педагогического совета АНО
Протокол №3 от 06.06.25.

УТВЕРЖДАЮ

директор АНО

О.Б. Корабельникова

введена в действие приказом №120 от 14.06.2025



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«Юный кулинар»**

**Возраст обучающихся: 6-7 лет
Срок реализации: 46 часов**

**Автор – составитель:
Мязина А.И., Котова С.А.**

Тольятти, 2025

СОДЕРЖАНИЕ

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы:	
1.1. Пояснительная записка (общая характеристика программы)	3
1.2. Цель и задачи программы	
1.3. Содержание программы:	
- учебный план	
- содержание учебно-тематического плана (учебно-тематический план)	
1.4. Планируемые результаты	
2. Комплекс организационно-педагогических условий:	23
2.1. Календарный учебный график	
2.2. Условия реализации программы	
2.3. Формы аттестации и оценочные материалы	
2.4. Методические материалы	
3. Список литературы	68

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы:

1.1. Пояснительная записка (общая характеристика программы)

Закон «Об образовании в РФ», федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2018–2025 годы, «Стратегия развития воспитания до 2025 года» и «Концепция развития дополнительного образования детей» установили новые целевые ориентиры развития системы образования в РФ: создание механизма её устойчивого развития, изменение подходов в формировании функциональной грамотности, обеспечение соответствия вызовам XXI века, требованиям инновационного развития экономики, современным потребностям общества и каждого гражданина.

ФГОС ДО предполагает формирование познавательных интересов, действий дошкольников в различных видах деятельности и развитие функциональных качеств личности ребёнка («мягких навыков») во всём его многообразии: любознательности, целеустремлённости, самостоятельности, ответственности, креативности, готовности обучаться в течение всей жизни, обеспечивающих успешную социализацию подрастающего поколения, повышение конкурентоспособности личности и, как следствие, общества и государства.

Современное образование всё более и более ориентировано на развитие функциональной грамотности – способности вступать в отношения с внешней средой и максимально быстро адаптироваться и развиваться в ней; на формирование ключевых личностных компетентностей, то есть умений, непосредственно сопряжённых с опытом их применения в практической деятельности, которые позволяют воспитанникам достигать результатов в неопределённых, проблемных ситуациях, самостоятельно или в сотрудничестве с другими решать проблемы, направлены на совершенствование умений оперировать полученными знаниями. Этого можно достичь посредством организации с дошкольниками занятий по кулинарии.

Бесспорно, кулинария – это древнейшая отрасль материальной культуры человека, имеющая богатую многовековую историю традиций, хранящая практический опыт многих поколений. Во все времена матери и отцы учили, учат и будут учить своих детей, что, на их взгляд, пригодится им в жизни и что они знают и умеют сами.

М. Монтессори использовала занятия по кулинарии для развития органов чувств детей, как упражнения в практической жизни. Современные зарубежные педагоги (А. Роговин, Дж. Чейни и др.) большое значение придают ознакомлению детей с этой сферой деятельности в достаточно раннем возрасте.

Занятие кулинарией открывает для дошкольника мир вещей и мир людей, помогает войти и овладеть тем и другим, понять сложные связи между ними. Преобразование и достижение результата, контакты и взаимодействия со взрослыми и сверстниками, активность и волевые усилия самого ребёнка – всё это ведёт к приобретению и развитию «мягких навыков» (softskills), которые очень важны в современном мире: системно мыслить и решать проблемы, управлять

эмоциями и задавать вопросы, находить общий язык с людьми, быть стрессоустойчивым, самостоятельным, инициативным, умение подвести итог своей деятельности.

Программа «Юный кулинар» предназначена для детей старшего дошкольного возраста и включает в себя: знания о предметах, их свойствах и качествах (полезные и вредные продукты, блюда и т.д.), освоение отношений рода и вида, класса и подкласса (различные виды овощей, посуды и т.д.), математических представлений (вес, объем и т.д.), разнообразные способы действий (ручные, орудийные, с приборами), умение действовать по алгоритму и руководствоваться правилами безопасности, умение быть аккуратными, собранными, сосредоточенными.

Организация занятий по кулинарии в образовательном процессе детского сада имеет свои трудности и сложности. Прежде всего, питание должно быть организовано в соответствии с нормативными документами, используемые продукты должны быть безопасны, иметь сертификат качества. Перед началом работы по данному направлению все рецепты блюд и способы их приготовления обсуждаются с медсестрой или шеф-поваром детского сада.

Обязательное условие занятий – соблюдение санитарно-гигиенических требований. Одно из правил гигиены приготовления пищи – наличие спецодежды: фартука и колпака. Только при соблюдении правил личной гигиены, гигиены помещения, рабочих мест, посуды и продуктов можно приготовить доброкачественную, полезную, вкусную пищу.

Программа предусматривает связи с математикой, окружающим миром, восприятием художественной литературы. Теоретическая часть включает в себя сведения об основных продуктах питания, их составе, способах обработки, влиянии на организм человека, специальные сведения о культуре потребления пищи, гигиене, технике безопасности. Практическая часть предполагает практикумы по подбору продуктов, приготовлению несложных блюд из доступных продуктов, дегустацию и формированию навыков сервировки стола.

Весь курс обучения построен таким образом, что кроме развития практических навыков детям предлагается познавательный и полезный информационный материал, способствующий расширению кругозора детей в области правильного и полноценного питания, освоение техники безопасности при использовании электроприборов, посуды, работы с современной бытовой техникой.

Новизна программы заключается в:

- разработке перспективного плана и конспектов занятий по обучению детей старшего дошкольного возраста основам приготовления простейших блюд;
- разработке инструментария оценки достижений личности (мониторинг освоения дополнительной образовательной программы «Юный кулинар» детьми старшего дошкольного возраста).

Педагогическая целесообразность программы в том, что она ведет к приобретению дошкольниками «мягких навыков», обеспечивающих успешную социализацию подрастающего поколения.

Форма организации деятельности.

Количество детей в группе (на занятии) – 10 – 12 человек. По возможности как можно чаще организуется индивидуальная и подгрупповая совместная деятельность педагога с детьми.

Предусматриваемый режим обучения – очное.

Освоение Программы детьми с ограниченными возможностями здоровья

Программа может использоваться в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья (стартовый и базовый уровни) при условии адаптации её содержания с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья обучающихся с определенными видами нарушений специалистами в области коррекционной педагогики, а также педагогическими работниками, прошедшими соответствующую курсовую подготовку.

Содержание программы может быть освоено детьми с ограниченными возможностями здоровья при условии построения индивидуального образовательного маршрута с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей нозологии, с увеличением (при необходимости) срока получения образования.

В случае реализации Программы с детьми ОВЗ при определении задач педагог опирается на стартовый уровень освоения программы и знания об особенностях организации образовательной деятельности с детьми с разной нозологией (возможными нарушениями):

- Дефекты слуха: дети глухие или слабослышащие. Данный вид ОВЗ имеет сенсорный характер, ребенок не может познавать мир и воспринимать информацию посредством слушания. Отсутствие общения с другими людьми в детстве приводит к невозможности воспроизведения речи. Эти дети, как правило, являются глухонемыми.

- Нарушение зрения: в этой группе слепые или слабовидящие дети. У детей с нарушением зрения восприятие происходит на суженной сенсорной основе. Вследствие этого снижается качественный уровень представлений об окружающем мире, возникают трудности социальной адаптации. Наряду со зрительным восприятием необходимо развивать и все остальные виды чувствительности (осознание, слух, вкус и обоняние). Другой, не менее важной, проблемой у детей с нарушениями зрения являются трудности в ориентировке в пространстве.

- Тяжелые дефекты речи: дети испытывают значительные трудности в произношении звуков, образовании слов и формулировании предложений, это дети немые от рождения либо с невнятной, непонятной окружающим речью. Не развитая разговорная функция затрудняет их коммуникацию с окружающими и интеграцию в общество, ограничивает познавательные возможности. Ребенок часто элементарно не в состоянии задать интересующий его вопрос.

- Нарушения опорно-двигательных функций: у детей наблюдается задержка формирования, недоразвитие, нарушение или утрата двигательных функций. Двигательные расстройства у этих детей сочетаются с отклонениями в развитии сенсорных функций, познавательной деятельности, что связано с органическим поражением центральной нервной системы и ограниченными возможностями познания окружающего мира. Часто заметны речевые нарушения, которые имеют органическую природу и усугубляются дефицитом общения.

- Задержка психического развития: в этой группе дети, у которых наблюдается состояние задержанного или неполного умственного развития, которое характеризуется прежде всего снижением навыков, возникающих в процессе развития, и навыков, которые определяют общий уровень интеллекта (т.е. познавательных способностей, языка, моторики, социальной дееспособности). Умственная отсталость может возникнуть на фоне другого психического или физического заболевания.

- Дефекты эмоционально-волевой сферы (аутические расстройства): дети не могут общаться с другими людьми, у них частично или полностью парализована коммуникативная функция, социальные навыки не прививаются. Нарушения эмоционально-волевой сферы являются существенным фактором, препятствующим целостному развитию ребенка. Это могут быть нарушения социального взаимодействия, дезадаптация в коллективе, задержка речи, снижение когнитивных навыков, психологическая неготовность к обучению.

Дети с ограниченными возможностями здоровья могут иметь сочетанные диагнозы, то есть заболевания из разных видов приведенной классификации. К примеру, ребенок с ТНР одновременно является слабовидящим.

Педагогом учитываются также психологические особенности детей с ОВЗ, которые зависят от вида заболевания и его личных психических характеристик. Так для них характерны следующие черты:

- Низкий уровень информированности об окружающем мире в связи с ограничениями в познании.
- Рассеянное внимание, отсутствие способности к концентрации. Это происходит из-за низкой интеллектуальной активности.
- Недостаточность навыков самоконтроля, отсутствие интереса к обучению.
- Ограниченный объем памяти. Запоминание чаще кратковременное и поверхностное.
- Минимальная мотивация к познавательной деятельности.
- Низкая игровая активность. Перечень игр скучный, сюжеты однотипные и банальные.
- Очень низкая работоспособность ввиду общей ослабленности организма. Ребенок с ОВЗ быстро устает и нуждается в отдыхе. Повышенная утомляемость.
- Отсутствие «смышлености», низкая скорость обработки поступающей информации.
- Инфантилизм, т.е. отставание в развитии от своих сверстников, несоответствие характеристик эмоционально-волевой сферы действительному возрасту.

- Неразвитость крупной и мелкой моторики.

• Дети с ограниченными возможностями здоровья обладают повышенной тревожностью и раздражительностью. Они впечатлительны, реагируют на малейшие изменения тона голоса, обидчивы, плаксивы и беспокойны. В ряде случаев наблюдаются сильная возбудимость, агрессивное поведение.

При планировании образовательной деятельности педагогом используются наиболее доступные методы и приемы: наглядные (иллюстрации, алгоритмы, схемы и пр.), практические, словесные, игровые и др. Вопрос о рациональном выборе системы методов и отдельных методических приемов, технологий в рамках реализации Программы решается педагогом в каждом конкретном случае.

Индивидуально подбираются задания, определяется зона ближайшего развития ребенка, педагогом учитываются индивидуально-психологические особенности детей с ОВЗ.

В связи с индивидуальными особенностями детей с ОВЗ, в частности с замедленным темпом освоения программного содержания по необходимости предполагается в отдельных случаях изменение последовательности в изучении тем, введение корректировки. К тому же материал может повторяться путем возвращения к пройденной теме.

1.2. Цель и задачи программы

Уровни освоения программы	Специфика целеполагания	Задачи	Специфика учебной деятельности
Стартовый	Формирование предпосылок функциональной грамотности дошкольников посредством систематических занятий по кулинарии	<p><u>Обучающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - знакомить детей с правилами работы и техникой безопасности при работе с ручными инструментами и электроприборами; - познакомить со свойствами продуктов, способами приготовления пищи <p><u>Развивающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать «мягкие навыки» обучающихся <p><u>Воспитательные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - способствовать успешной адаптации обучающихся к жизни в обществе; - удовлетворять образовательные потребности и интересы обучающихся, не противоречащих законодательству Российской Федерации, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов и федеральных государственных требований 	Задания на приготовление несложных блюд по алгоритмам Подготовка к участию в конкурсах на уровне детского сада
Базовый	Формирование предпосылок функциональной грамотности дошкольников посредством исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними	<p><u>Обучающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнять в нарезании продуктов, замешивании и раскатывании теста; в использовании инструментов и электроприборов; <p><u>Развивающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать функциональную грамотность, «мягкие навыки» обучающихся <p><u>Воспитательные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать культуру здорового и безопасного образа жизни обучающихся; - умение организовать свободное время обучающихся 	Задания на создание разнообразных блюд по алгоритмам Коллективная продуктивная деятельность. Подготовка к участию в конкурсах на уровне детского сада и города
Углубленный	Формирование предпосылок функциональной грамотности дошкольников посредством освоения	<p><u>Обучающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - расширять знания детей о культуре питания; об основных профессиях, связанных с питанием; - закрепление знаний детей правил техники безопасности при работе с инструментами и электроприборами; навыков работы с электроприборами. 	Задания на создание сложных блюд с использованием алгоритмов и без алгоритмов Коллективная и индивидуальная творческая продуктивная деятельность.

	социального опыта	<p><u>Развивающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать способность обучающихся вступать в отношения с внешней средой и максимально быстро адаптироваться и развиваться в ней. <p><u>Воспитательные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать активную, деятельностную позицию ребенка в ходе решения поисковых задач. - обеспечить трудовое воспитание, профессиональное самоопределение и творческий труд обучающихся 	Участие в творческих проектах. Подготовка к участию в выставках конкурсах на разных уровнях
--	-------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------

1.3. Содержание программы:

Учебный план

№	Наименование темы	Стартовый уровень Количество часов			Базовый уровень Количество часов			Углубленный уровень Количество часов		
		всего	теория	практика	всего	теория	практика	всего	теория	практика
1.	«Наша безопасность». Вводное занятие. Беседа о технике безопасности и личной гигиене на кухне.	1	1		1	1		1	1	
2.	«Наша безопасность». Что такое электрический ток? Знакомство с электрическим чайником. Учимся заваривать чай.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
3.	«Полезные напитки». Что такое морс? Морс фруктовый. Сервировка стола	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
4.	«Полезные напитки». Знакомство с блендером. Что такое коктейль? Коктейль «Витаминный».	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
5.	«Полезные напитки». Как сохранить витамины во фруктах? Что такое мусс? Мусс из сухофруктов	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
6.	«Вкусные салаты». Что такое салат? Деление продуктов на части. Правила пользования ножом. Салат «Фруктовый»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
7.	«Международный день повара и кулинара». О празднике. Взвешивание продуктов. Измерение условной меркой. Что такое десерт? Называть ингредиенты в рецепте. Десерт «Яблоки с творогом». Угощение поваров детского сада	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5

8.	«Где живут витамины?» Витамины в овощах. Деление продуктов на части. Правила пользования теркой. Салат «Здоровье»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
9.	«Где живут витамины?» Витамины в овощах. Деление продуктов на части. Что такое канапе? Овощное канапе	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
10.	«Хлеб всему голова». Откуда хлеб на стол пришел? Виды хлебобулочных изделий. Сладкие хлебцы	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
11.	«Хлеб всему голова». Измерение условной меркой. Называть ингредиенты в рецепте Замес теста. Правила работы с электропечкой. Печенье «Грибочки»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
12.	«Весёлые бутерброды». Польза продуктов (хлеб, яйцо, масло и т.д.). Навыки пользования ножом. Развитие творческого воображения при украшении бутербродов.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
13.	Пирожное «Настроение». Какие бывают пирожные? Правила работы с формочками, электропечкой. Развитие творческого воображения при украшении пирожного.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
14.	«Полезные десерты». Для чего полезна морковь? Измерение условной меркой. Называть ингредиенты в рецепте. Замес теста. Правила работы с блинницей. Оладьи морковные	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
15.	«Бутерброды на завтрак». Польза продуктов (хлеб, сыр, масло и т.д.). Навыки пользования ножом. Развитие творческого воображения при украшении бутербродов.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
16.	«Пейте дети молоко – будете здоровы!» Зачем пить молоко? Что такое смузи? Правила пользования блендером. Смузи «Молочно-банановый»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
17.	«Овсяное печенье». Почему овсянка? Измерение условной меркой. Замес теста. Правила	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5

	пользования электропечкой. Сервировка стола.								
18.	«Гости на пороге». Как часто можно употреблять горячие бутерброды? Правила работы с теркой, электропечкой.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
19.	«Вкусные салаты». Чем можно смазать салат? Сметана или майонез? Деление продуктов на части. Правила пользования ножом. Салат «Детский оливье»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
20.	«Вкусные салаты». Укрепляем иммунитет. Деление продуктов на части. Правила пользования ножом, теркой. Винегрет овощной	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
21.	«Гости на пороге». Почему пицца? Деление продуктов на части. Правила пользования ножом, теркой. Пицца классическая	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
22.	«Гости на пороге». Для чего нужно сливочное масло, каким путем и из каких продуктов его получают, польза для жизнедеятельности. Замес теста. Измерение условной меркой. Пирожное «Картошка».	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
23.	«Ой, блины, блины». Значение традиций и праздников. Замес теста. Правила работы с блинницей. Выпечка блинов из пшеничной муки.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
24.	«Ой, блины, блины». Значение традиций и праздников. Замес теста. Правила работы с блинницей. Выпечка блинов из гречневой муки.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
25.	«Мамин праздник». Правила пользования ножом, теркой. Способ приготовления слоеного салата. Салат «Букет тюльпанов»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
26.	«Мамин праздник». Бутерброды к празднику. Навыки пользования ножом. Развитие творческого воображения при украшении бутербродов.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
27.	«День театра». История праздника. Правила работы с ножом, инструментом для карвинга. Оформление «Весёлые закуски».	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5

28.	«Пейте дети молоко – будете здоровы!» Какие фрукты могут сочетаться с молоком для приготовления сморозки? Правила пользования блендером. Сморозка «Молочный»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
29.	«Гости на пороге». Деление продуктов на части. Правила пользования скалкой, ножом, теркой. Пицца с сыром	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
30.	«Весна-красна». Народные традиции и праздники. Измерение условной мерки. Замес теста. Правила работы с электропечкой. Печенье «Жаворонки».	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
31.	«День защиты детей от ЧС». Правила работы с формочками, электропечкой. Развитие творческого воображения при украшении пирожного. Пирожное «Настроение». Угощение мам и пап	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
32.	«Полезные напитки». Укрепляем иммунитет. Мусс из сухофруктов. Сервировка стола.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
33.	«Полезные напитки». В каких фруктах весной много витаминов? Отмерять необходимое количество ингредиентов в рецепте. Коктейль «Витаминный».	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
34.	Печенье «Улыбка». Измерение условной мерки. Называть ингредиенты в рецепте. Замес теста. Правила работы с электропечкой.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
35.	«Летние фантазии». Зелёный лук, укроп, петрушка – первая зелень – кладезь витаминов. Навыки пользования ножом. Развитие творческого воображения при украшении бутербродов.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
36.	Печенье «Грибочки». Измерение условной мерки. Называть ингредиенты в рецепте. Замес теста. Правила работы с электропечкой.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
37.	Торт «Весёлые рыбки». Измерение условной мерки. Называть ингредиенты в рецепте. Замес	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5

	теста. Развитие творческого воображения при украшении торта, использование шприца кондитерского								
38.	«Клубничные чудеса». Чем полезна клубника? Что такое парфе? Парфе из клубники с печеньем. Сервировка стола.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
39.	«Полезные напитки». Ингредиенты для морса. Морс фруктовый. Сервировка стола	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
40.	«Чипсы из яблок». Что такое чипсы? Бывают ли полезными чипсы? Правила работы с ножом, электропечкой. Яблочные чипсы. Сервировка стола	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
41.	«Летние фантазии». Что такое канапе? Правила работы с ножом. Фруктовое канапе. Сервировка стола	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
42.	«Летние фантазии». О пользе фруктов. Правила безопасности при работе с ножом. Фруктовые бабочки	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
43.	«Летние фантазии». Деление продуктов на части. Правила пользования ножом, теркой. Салат «Фруктовый»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
44.	«Овощная корзина». Витамины в овощах. Деление продуктов на части. Правила пользования теркой. Салат «Витаминный морковный».	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
45.	«Банановое печенье». Измерение условной меркой. Называть ингредиенты в рецепте. Замес теста. Правила работы с электропечкой.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
46.	«Овощная корзина». Витамины в овощах. Деление продуктов на части. Правила пользования теркой. Салат «Здоровье».	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5
	<i>Итого</i>	46	23	23	46	23	23	46	23

Содержание учебно-тематического плана (учебно-тематический план)

№	Наименование темы	Стартовый уровень Количество часов			Базовый уровень Количество часов			Углубленный уровень Количество часов			Контроль
		всего	теория	практика	всего	теория	практика	всего	теория	практика	
1.	«Наша безопасность». Водное занятие. Беседа о технике безопасности и личной гигиене на кухне.	1	1		1	1		1	1		беседа
2.	«Наша безопасность». Что такое электрический ток? Знакомство с электрическим чайником. Учимся заваривать чай.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	беседа практическая работа наблюдение
3.	«Полезные напитки». Что такое морс? Морс фруктовый. Сервировка стола	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	беседа практическая работа наблюдение
4.	«Полезные напитки». Знакомство с блендером. Что такое коктейль? Коктейль «Витаминный».	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	беседа практическая работа наблюдение
5.	«Полезные напитки». Как сохранить витамины во фруктах? Что такое мусс? Мусс из сухофруктов	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	беседа практическая работа наблюдение
6.	«Вкусные салаты». Что такое салат? Деление продуктов на части. Правила пользования ножом. Салат «Фруктовый»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	беседа практическая работа наблюдение
7.	«Международный день повара и кулинара». О празднике. Взвешивание продуктов. Измерение условной меркой. Что такое десерт? Называть ингредиенты в рецепте. Десерт	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	беседа практическая работа наблюдение

	«Яблоки с творогом». Угощение поваров детского сада									
8.	«Где живут витамины?» Витамины в овощах. Деление продуктов на части. Правила пользования теркой. Салат «Здоровье»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
9.	«Где живут витамины?» Витамины в овощах. Деление продуктов на части. Что такое канапе? Овощное канапе	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
10.	«Хлеб всему голова». Откуда хлеб на стол пришел? Виды хлебобулочных изделий. Сладкие хлебцы	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
11.	«Хлеб всему голова». Измерение условной меркой. Называть ингредиенты в рецепте Замес теста. Правила работы с электропечкой. Печенье «Грибочки»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
12.	«Весёлые бутерброды». Польза продуктов (хлеб, яйцо, масло и т.д.). Навыки пользования ножом. Развитие творческого воображения при украшении бутербродов.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
13.	Пирожное «Настроение». Какие бывают пирожные? Правила работы с формочками, электропечкой. Развитие творческого воображения при украшении пирожного.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
14.	«Полезные десерты». Для чего полезна морковь? Измерение условной меркой. Называть ингредиенты в рецепте. Замес теста. Правила работы с	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5

	блинницей. Оладьи морковные									
15.	«Бутерброды на завтрак». Польза продуктов (хлеб, сыр, масло и т.д.). Навыки пользования ножом. Развитие творческого воображения при украшении бутербродов.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
16.	«Пейте дети молоко – будете здоровы!» Зачем пить молоко? Что такое смузи? Правила пользования блендером. Смузи «Молочно-банановый»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
17.	«Овсяное печенье». Почему овсянка? Измерение условной меркой. Замес теста. Правила пользования электропечкой. Сервировка стола.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
18.	«Гости на пороге». Как часто можно употреблять горячие бутерброды? Правила работы с теркой, электропечкой.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
19.	«Вкусные салаты». Чем можно смазать салат? Сметана или майонез? Деление продуктов на части. Правила пользования ножом. Салат «Детский оливье»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
20.	«Вкусные салаты». Укрепляем иммунитет. Деление продуктов на части. Правила пользования ножом, теркой. Винегрет овощной	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
21.	«Гости на пороге». Почему пицца? Деление продуктов на части. Правила пользования ножом, теркой. Пицца классическая	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
22.	«Гости на пороге». Для чего нужно сливочное масло, каким путем и из каких продуктов его получают,	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5

	польза для жизнедеятельности. Замес теста. Измерение условной меркой. Пирожное «Картошка».									наблюдение
23.	«Ой, блины, блины». Значение традиций и праздников. Замес теста. Правила работы с блинницей. Выпечка блинов из пшеничной муки.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	беседа практическая работа наблюдение
24.	«Ой, блины, блины». Значение традиций и праздников. Замес теста. Правила работы с блинницей. Выпечка блинов из гречневой муки.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	беседа практическая работа наблюдение
25.	«Мамин праздник». Правила пользования ножом, теркой. Способ приготовления слоеного салата. Салат «Букет тюльпанов»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	беседа практическая работа наблюдение
26.	«Мамин праздник». Бутерброды к празднику. Навыки пользования ножом. Развитие творческого воображения при украшении бутербродов.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	беседа практическая работа наблюдение
27.	«День театра». История праздника. Правила работы с ножом, инструментом для карвинга. Оформление «Весёлые закуски».	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	беседа практическая работа наблюдение
28.	«Пейте дети молоко – будете здоровы!» Какие фрукты могут сочетаться с молоком для приготовления смузи? Правила пользования блендером. Смузи «Молочный»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	беседа практическая работа наблюдение
29.	«Гости на пороге». Деление продуктов на части. Правила пользования скалкой, ножом, теркой. Пицца с сыром	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	беседа практическая работа наблюдение

30.	«Весна-красна». Народные традиции и праздники. Измерение условной меркой. Замес теста. Правила работы с электропечкой. Печенье «Жаворонки».	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	беседа практическая работа наблюдение
31.	«День защиты детей от ЧС». Правила работы с формочками, электропечкой. Развитие творческого воображения при украшении пирожного. Пирожное «Настроение». Угощение мам и пап	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	беседа практическая работа наблюдение
32.	«Полезные напитки». Укрепляем иммунитет. Мусс из сухофруктов. Сервировка стола.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	беседа практическая работа наблюдение
33.	«Полезные напитки». В каких фруктах весной много витаминов? Отмерять необходимое количество ингредиентов в рецепте. Коктейль «Витаминный».	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	беседа практическая работа наблюдение
34.	Печенье «Улыбка». Измерение условной меркой. Называть ингредиенты в рецепте. Замес теста. Правила работы с электропечкой.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	беседа практическая работа наблюдение
35.	«Летние фантазии». Зелёный лук, укроп, петрушка – первая зелень - кладезь витаминов. Навыки пользования ножом. Развитие творческого воображения при украшении бутербродов.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	беседа практическая работа наблюдение
36.	Печенье «Грибочки». Измерение условной меркой. Называть ингредиенты в рецепте. Замес теста. Правила работы с	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	беседа практическая работа наблюдение

	электропечкой.									
37.	Торт «Весёлые рыбки». Измерение условной меркой. Называть ингредиенты в рецепте. Замес теста. Развитие творческого воображения при украшении торта, использование шприца кондитерского	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
38.	«Клубничные чудеса». Чем полезна клубника? Что такое парфе? Парфе из клубники с печеньем. Сервировка стола.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
39.	«Полезные напитки». Ингредиенты для морса. Морс фруктовый. Сервировка стола	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
40.	«Чипсы из яблок». Что такое чипсы? Бывают ли полезными чипсы? Правила работы с ножом, электропечкой. Яблочные чипсы. Сервировка стола	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
41.	«Летние фантазии». Что такое канапе? Правила работы с ножом. Фруктовое канапе. Сервировка стола	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
42.	«Летние фантазии». О пользе фруктов. Правила безопасности при работе с ножом. Фруктовые бабочки	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
43.	«Летние фантазии». Деление продуктов на части. Правила пользования ножом, теркой. Салат «Фруктовый»	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
44.	«Овощная корзина». Витамины в овощах. Деление продуктов на части. Правила пользования	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5

	теркой. Салат «Витаминный морковный».									наблюдение
45.	«Банановое печенье». Измерение условной меркой. Называть ингредиенты в рецепте. Замес теста. Правила работы с электропечкой.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5 беседа практическая работа наблюдение
46.	«Овощная корзина». Витамины в овощах. Деление продуктов на части. Правила пользования теркой. Салат «Здоровье».	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5 беседа практическая работа наблюдение
	<i>Итого</i>	46	23	23	46	23	23	46	23	23

Реализация задач осуществляется через различные *формы занятий*: беседа, исследование, презентация, дегустация, ролевые игры, проекты, краткосрочные образовательные практики (КОП). КОП в группе (или специальном помещении), предусматривают обязательное включение следующих вопросов: организационный момент, повторение пройденного материала, изложение новой темы, вводный инструктаж, подготовка к практической работе, практическая работа и текущий инструктаж, уборка рабочих мест, сервировка стола, дегустация. В конце занятия проводится заключительный инструктаж, мытье посуды и уборка помещения.

Очевидно, что занятия по программе «Юный кулинар» всегда имеют гибкий сценарий, который может меняться в процессе реализации, в зависимости от того, что происходит здесь и теперь, опираться на личный опыт, жизненные потребности и интересы детей. Кулинария сочетает в себе и науку, и искусство, благодаря чему у детей есть возможность наслаждаться экспериментированием, разнообразием вкусов и оформлением блюд. Приготовление пищи, это всегда творческий процесс, а также один из способов самовыражения и индивидуализации каждого участника.

Любой кулинарный рецепт, представленный в программе, является замечательным научным тренажером для ребенка, на котором он будет изучать свойства продуктов, закреплять математические знания, больше, меньше, счет, решение простых арифметических задач, уметь пользоваться схемами, алгоритмами, учиться пользоваться бытовыми приборами, соблюдать технику безопасности при работе на кухне. Поэтому, если ребенок пытается помочь своей маме на кухне, нужно поддержать его инициативу, увлечь его простыми заданиями.

При выборе рецептов в программе «Юный кулинар» учитывались следующие аспекты: доступность ингредиентов, сезонность некоторых продуктов, возможность приготовить их в условиях группы и специального помещения, возрастные особенности детей старшего возраста (развитие психических процессов, двигательных, социальных навыков и т.д.). Для эффективной реализации программы необходима поддержка всего коллектива детского сада: помощника воспитателя, поваров, администрации.

В воспитании и развитии навыков творческой работы программа опирается на следующие *методы*: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский.

Планирование и проведение занятий опирается на следующие *педагогические принципы*: уважение к личности ребенка; признание права ребенка на ошибку; опора на их знание и интерес, получаемый вне детского сада; сохранение здоровья детей.

Выполнение практических заданий составляют не менее 75%-80% времени от общего количества часов программы «Юный кулинар». Программой не устанавливается строгий перечень объектов трудовой деятельности, что позволяет в зависимости от возможностей педагога и воспитанников, специфики работы педагога использовать вариативность, при условии, что дети должны овладеть определенным объемом знаний и умений в результате освоения программы.

Занятия проводятся 1 раз в неделю не более 30 минут в соответствии с требованиями СанПиН. Наполняемость группы 8-10 человек. Группы формируются одновозрастные.

Срок реализации, объём программы: программа рассчитана на воспитанников в возрасте 6-7 лет, продолжительность реализации содержания дополнительной общеобразовательной программы 1 год, 46 часов.

1.4. Планируемые результаты

Уровни освоения программы	Специфика целеполагания	Планируемые результаты
Стартовый	Формирование предпосылок функциональной грамотности дошкольников посредством систематических занятий кулинарии	<p>будет знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - о «полезных» продуктах и блюдах - правила техники безопасности при работе на кухне <p>будет уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно находить и выполнять рецепты несложных блюд (салат, бутерброды и т.д.); - оформлять готовое блюдо и правильно подавать его на стол; сервировать стол для различных видов приёма пищи. <p>будет владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правилами гигиены <p>Личностные результаты освоения программы обучающимся направлены на:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие произвольности восприятия (зрительного, слухового, тактильного); - развитие произвольности внимания (повышение устойчивости, концентрации, переключаемости); <p>а также на развитие умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - для успешной адаптации обучающихся к жизни в обществе; удовлетворенности образовательных потребностей и интересов обучающихся, не противоречащих законодательству Российской Федерации, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов и федеральных государственных требований, - устанавливать эмоциональные контакты со сверстниками и взрослыми при совместной работе.
Базовый	Формирование предпосылок функциональной грамотности дошкольников посредством	<p>будет знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содержание витаминов в продуктах; о «полезных» продуктах и блюдах - обобщенные способы работы с бытовыми ручными приборами (нож, скалка, терка) - правила техники безопасности при работе с инструментами <p>будет уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно использовать основные понятия кулинарии

	исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними	<ul style="list-style-type: none"> - применять основные правила сервировка стола <p>будет владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками работы по алгоритму (технологической карте) - способами механической обработки некоторых продуктов питания <p>Личностные результаты освоения программы воспитанником направлены на:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие произвольности восприятия (зрительного, слухового, тактильного); - развитие произвольности внимания (повышение устойчивости, концентрации, переключаемости); - развитие творческого воображения (умение придумывать новое блюдо из предложенных ингредиентов) <p>а также на развитие умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работать в парах, малых группах, договариваться и вести диалог. - сформирована культура здорового и безопасного образа жизни обучающихся; умение организовать свободное время обучающихся
Углубленный	Формирование предпосылок функциональной грамотности дошкольников посредством освоения социального опыта	<p>будет знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правила здорового питания - обобщенные способы работы с электроприборами (миксером, блинницей, элекропечкой) - правила техники безопасности при работе с инструментами и электроприборами <p>будет уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работать с весоизмерительными приборами, с электроприборами - рационально организовать труд на своем рабочем месте - планировать этапы создания собственного блюда из предложенных ингредиентов <p>будет владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способами механической и тепловой обработки некоторых продуктов питания <p>Личностные результаты освоения программы воспитанником направлены на:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие произвольности восприятия (зрительного, слухового, тактильного) - развитие терпения, настойчивости, трудолюбия; - развитие творческого воображения (умение придумывать необычные блюда, их презентовать) - выработку безопасных и санитарно – гигиенических приемов труда <p>а также на развитие умений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - участвовать в совместной коммуникативной деятельности - самообслуживания, расширяя трудовой опыт детей - сформированы представления о значимости и пользе труда для общества, условия для трудового воспитания обучающихся, профессионального самоопределения.

2. Комплекс организационно-педагогических условий:

2.1. Календарный учебный график

Занятия проводятся 1 раз в неделю не более 30 минут в соответствии с требованиями СанПиН

Наполняемость группы 10-12 человек. Группы формируются одновозрастные.

Срок реализации, объём программы: программа рассчитана на воспитанников в возрасте 5-6 лет, продолжительность реализации содержания дополнительной общеобразовательной программы 1 год, 46 часов в год.

В случае реализации Программы с детьми ОВЗ при планировании образовательной деятельности педагогом используются наиболее доступные методы и приемы: наглядные (иллюстрации, алгоритмы, схемы и пр.), практические, словесные, игровые и др. Вопрос о рациональном выборе системы методов и отдельных методических приемов, технологий в рамках реализации Программы решается педагогом в каждом конкретном случае.

Индивидуально подбираются задания, предусматривается зона ближайшего развития ребенка, т.е. педагогом учитываются индивидуально-психологические особенности детей с ОВЗ.

В связи с индивидуальными особенностями детей с ОВЗ, в частности с замедленным темпом усвоения программного содержания по необходимости предполагается в отдельных случаях изменение последовательности в изучении тем, введение корректировки. К тому же материал может повторяться путем возвращения к пройденной теме. Это дает возможность более эффективно и успешно осваивать Программу детям с ОВЗ.

2.2. Условия реализации программы

Для реализации дополнительной общеобразовательной программы обучения детей старшего дошкольного возраста «Маленькие поварята» необходимо наличие следующих условий:

Материально-техническое обеспечение

- помещение, оборудованное системами хозяйственного питьевого, противопожарного и горячего водоснабжения, канализацией, хорошо проветриваемое;
- наличие оборудования: холодильник, блендер, электрическая микроволновая печь, блинница, чайник; коврики диэлектрические;
- набор столовой мебели (столы кухонные); шкафы для посуды; доски деревянные разделочные; скалки; сушилки для тарелок;
- посуду: кастрюли, тарелки, ложки, набор чайной посуды, чайники заварные, набор ножей, инструмент для карвинга овощей и фруктов, шприц кондитерский;
- моющее средство;
- колпаки, фартуки, прихваты на каждого ребёнка.

Все продукты, необходимые для приготовления блюд, приобретаются непосредственно перед занятием за счет пожертвования.

Информационное обеспечение

- раздаточный материал: алгоритмы, схемы приготовления блюд;
- информационный материал: плакаты «Техника безопасности при работе с приборами и электрооборудованием», «Правила гигиены», «Изделия из теста», «Украшение блюд», «Сервировка стола» и др.;
- библиотечка «Юного кулинара»: справочники, энциклопедии, кулинарные книги, сборники рецептов;
- фото и репродукции художественных натюрмортов (разделы «Овощные и фруктовые салаты», «Украшение кондитерских изделий» и т.д.);
- медиатека тематических презентаций с иллюстрациями и мини – видеофильмы;
- тест «Маленькие поварята».

Кадровое обеспечение

Педагоги дошкольных организаций, педагоги дополнительного образования

2.3. Формы аттестации и оценочные материалы

Система отслеживания и оценивания результатов обучения детей по программе «Маленькие поварята» проходит через:

1. Тестирование (тест «Маленькие поварята» (*приложение 2*)).

Детям в игровой форме предлагается ответить на 6 вопросов. Дошкольники в течение 15-20 минут выполняют задания теста. Педагог читает задание и варианты ответов, дети обводят в кружок выбранный ответ. Объяснения и разъяснения педагога во время проведения теста не предусмотрено. Критерий среднего уровня освоения программы: во время выполнения теста зафиксировано 2 неправильных ответа.

Тестирование проводится в начале (сентябрь) и в конце учебного года (май)

2. Создание портфолио (конец учебного года).

Создание портфолио «Как я учился готовить» это сборник работ и результатов деятельности ребёнка, который демонстрирует продукты собственного творчества в освоении программы «Маленькие поварята», выполненный вместе с родителями воспитанника.

В портфолио включаются фото и видеоизображения продуктов деятельности, продукты собственного творчества, схемы, иллюстрации, эскизы и т.п.

Предлагаемые темы проектов:

«Полезные продукты», «Национальное блюдо», «Что готовят на масленицу?»,

«Это вкусный бутерброд»,

«Я иду в гости»,

«Это чудо овощи»,

«Оформление блюд» и т.д.

2.4. Методические материалы

Перспективно-календарный план для детей 6-7 лет

Месяц	Тема занятия/ Задачи	Содержание	Методические рекомендации
сентябрь	1. Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на кухне <i>Задачи: знакомство с хозяйственно-бытовыми предметами; безопасность при работе на кухне с электро-приборами, опасными предметами</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Значение питания для жизнедеятельности организма. • Правила безопасности труда, санитарии и гигиены. • Общие сведения о материалах, инструментах и приспособлениях, необходимых для кулинарных работ. • Современная бытовая техника для приготовления пищи в домашних условиях. • Поисковая игра «Друзья - враги». 	Наглядные материалы «Техника безопасности на кухне»
	2. Беседа о технике безопасности на кухне. Чай обыкновенный. <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, сервировка чайного стола, заваривание различного вида чая. Разговор о целебных свойствах чая.</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Правила безопасности труда, санитарии и гигиены. • Технология заваривания чая обыкновенного. • Сервировка чайного стола. • «Диалог за чайным столом»: история возникновения чая, целебные свойства чая. 	Приложение 1
	3. Морс фруктовый. Сервировка стола <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, сервировка стола, приготовление морса, беседа о пользе морсов</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Правила техники безопасности (блендер). • Что такое морс? (обсуждение) • Технология приготовления морса фруктового. • Сервировка стола. • «Беседа за столом»: польза морсов. 	Приложение 1
	4. Коктейль «Витаминный». Сервировка стола <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, сервировка стола, приготовление коктейля, виды коктейлей</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Правила техники безопасности (блендер, фрукторезка). • Что такое коктейль? (обсуждение) • Технология приготовления коктейля «Витаминного». • Сервировка стола. • «Диалог за столом»: какие бывают коктейли. 	Приложение 2
октябрь	5. Мусс творожно-банановый <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Правила техники безопасности (блендер). • Что такое мусс? (обсуждение) • Технология приготовления творожно-бананового мусса. 	

	<p><i>мусса, сервировка стола</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Творожно-банановый мусс</i> • Ингредиенты: какао-порошок – 1 ст. л., бананы – 2 шт., ванилин – по вкусу, мягкий творог – 200 г. • Для шоколадного слоя: взбить в блендере 0,5 пачки творога, какао и один банан. Для белого слоя: взбить в блендере 0,5 пачки творога, один банан и ванилин. Этот слой должен получиться гуще. В креманку ложкой аккуратно выкладываем белый слой мусса. Затем – шоколадный. Сверху шоколадного – снова белый, в центре зубочисткой нарисовать узор. • Сервировка стола. • «Диалог за столом»: какие бывают муссы. 	Приложение 1	
6.	<p>Салат «Фруктовый»</p> <p><i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление салата, сервировка стола</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Правила техники безопасности (нож). • Что такое салат? (обсуждение) • Технология приготовления салата «Фруктового». • Сервировка стола. • «Беседа за столом»: о пользе фруктов. 	Приложение 2
7.	<p>Десерт «Яблоки с творогом»</p> <p><i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление десерта, сервировка стола</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Правила техники безопасности (фрукторезка). • Что такое десерт? (обсуждение) • Технология приготовления десерта «Яблоки с творогом» • Сервировка стола. • «Диалог за столом»: какие бывают десерты. 	Приложение 2
8.	<p>Салат «Здоровье»</p> <p><i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление салата, сервировка стола</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Правила техники безопасности (нож). • О чем говорят «Барыня в огороде»? (обсуждение) • Технология приготовления салата «Здоровье» • Сервировка стола. • «Диалог за столом»: о пользе овощей. 	Приложение 2
ноябрь	<p>9. Овощное канапе</p> <p><i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление канапе, форма нарезки овощей, сервировка стола</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Правила техники безопасности (нож). • Что такое канапе? (обсуждение) • Технология приготовления овощного канапе • Сервировка стола. • «Диалог за столом»: о пользе овощей. 	Приложение 1
	<p>10. Сладкие хлебцы</p> <p><i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Правила техники безопасности (микроволновая печь). • Откуда хлеб на стол пришёл? (обсуждение) • Технология приготовления сладких хлебцов. 	Приложение 1

	сладких хлебцов, сервировка стола	<ul style="list-style-type: none"> Сервировка стола. «Диалог за столом»: о пользе хлеба, о бережном отношении к хлебу. 	
	11. Печенье «Грибочки» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление печенья, сервировка стола, складывание салфеток</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (микроволновая печь). Что такое печенье? (обсуждение) Технология приготовления печенья «Грибочки». Сервировка стола. Складывание салфеток. «Диалог за столом»: какое бывает печенье? 	Приложение 2
	12. Весёлые бутерброды <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление закусок, сервировка стола, складывание салфеток</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (нож). Что такое закуски? (обсуждение) Технология приготовления весёлых закусок (декоративное оформление) Сервировка стола. Складывание салфеток. «Беседа за столом»: зачем украшать блюда? 	Приложение 1
декабрь	13. Пирожное «Настроение» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление пирожного, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (формочки для печенья). Что такое пирожное? (обсуждение) Технология приготовления пирожного «Настроение» Сервировка стола. «Беседа за столом»: какие бывают пирожные? 	Приложение 2
	14. Оладьи морковные <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление оладий, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (блинница). Что такое оладьи? (обсуждение) Технология приготовления оладий морковных. Сервировка стола. «Беседа за столом»: о пользе блюд из овощей в зимний период. 	Приложение 1
	15. Бутерброды на завтрак <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление бутербродов, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (микроволновая печь). Что такое бутерброд? (обсуждение) Технология приготовления бутербродов. Сервировка стола. «Диалог за столом»: какие бывают бутерброды. 	Приложение 1
	16. Смузи «Молочно-банановый» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление смузи, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (блендер). Что такое смузи? (обсуждение) Технология приготовления смузи. Сервировка стола. «Диалог за столом»: история происхождения смузи. 	Приложение 1

январь	17. Овсяное печенье <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление печенья, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (микроволновая печь). Виды печенья (обсуждение). Технология приготовления овсяного печенья. Сервировка стола. «Диалог за столом»: о пользе овсяного печенья. 	Приложение 1
	18. Бутерброды горячие <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление бутербродов, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (микроволновая печь). Что такое бутерброд? (обсуждение) Технология приготовления горячих бутербродов. Сервировка стола. «Беседа за столом»: что такое «правильные» бутерброды. 	
	19. Салат «Детский оливье» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление салата, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (нож). Откуда пришло название салата? (обсуждение) Технология приготовления салата «Оливье». Сервировка стола. «Беседа за столом»: для чего нужны салаты? 	
февраль	20. Винегрет овощной <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление винегрета, сервировка стола, складывание салфеток</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (нож). Откуда пришло название винегрет? (обсуждение) Технология приготовления винегрета овощного. Сервировка стола. «Беседа за столом»: польза винегрета. 	Приложение 1
	21. Пицца классическая <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление пиццы, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (микроволновая печь). Что такое пицца? (обсуждение) Технология приготовления пиццы. Сервировка стола. Складывание салфеток. «Диалог за столом»: родина пиццы. 	Приложение 2
	22. Пирожное «Картошка» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление пирожного, сервировка стола, складывание салфеток</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (блендер). Где придумали пирожное? (обсуждение). Технология приготовления пирожного. Сервировка стола, складывание салфеток. «Диалог за столом»: польза или вред сладких блюд. 	Приложение 1
	23. «Ой, блины, блины» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление теста и выпекание блинов, сервировка</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (блинница). Русские народные традиции (обсуждение). Технология приготовления блинов. 	Приложение 1,2

	<i>стола,</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Сервировка стола. • «Диалог за столом»: какие бывают блины. 	
март	24. «Ой, блины, блины» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление теста и выпекание блинов, сервировка стола,</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Правила техники безопасности (блинница). • Русские народные традиции (обсуждение). • Технология приготовления блинов. • Сервировка стола. • «Диалог за столом»: какие бывают блины. 	Приложение 1,2
	25. «Букет тюльпанов» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление блюда, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Правила техники безопасности (нож, терка). • Мамин праздник (обсуждение). • Технология приготовления блюда. • Сервировка стола. • «Диалог за столом»: к какому виду можно отнести это блюдо и почему? Какие салаты ещё можете приготовить? 	Приложение 1
	26. Бутербродики к празднику <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление блюда, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Правила техники безопасности (нож, терка). • Мамин праздник (обсуждение). • Технология приготовления блюда. • Сервировка стола. • «Диалог за столом»: к какому виду можно отнести это блюдо и почему? Какие бутерброды ещё можете приготовить? 	Приложение 1
	27. Весёлые закуски <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление закусок, сервировка стола, складывание салфеток</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Правила техники безопасности (нож). • Что такое закуски? (обсуждение) • Технология приготовления весёлых закусок (декоративное оформление) • Сервировка стола. Складывание салфеток. • «Беседа за столом»: когда можно предлагать весёлые закуски? 	Приложение 1
апрель	28. Смузи «Молочный» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление смузи, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Правила техники безопасности (блендер). • Ингредиенты для смузи. (обсуждение) • Технология приготовления смузи. • Сервировка стола. • «Диалог за столом»: о пользе смузи. 	Приложение 1
	29. Пицца классическая <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление пиццы, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Правила техники безопасности (микроволновая печь). • Что такое пицца? (обсуждение) • Технология приготовления пиццы. • Сервировка стола. Складывание салфеток. 	Приложение 2

май	30. Печенье «Жаворонки» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление печенья, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> «Диалог за столом»: родина пиццы. Правила техники безопасности (микроволновая печь). Народные праздники (обсуждение). Технология приготовления печенья. Сервировка стола. «Беседа за столом»: народные традиции. 	Приложение 2
	31. Пирожное «Настроение» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление пирожного, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (формочки для печенья). Что такое пирожное? (обсуждение) Технология приготовления пирожного «Настроение» Сервировка стола. «Беседа за столом»: какие бывают начинки у пирожных? 	
	32. Мусс творожно-банановый <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление мусса, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности. Что такое мусс? Какие бывают муссы? Технология приготовления творожно-бананового мусса. <i>Творожно-банановый мусс</i> Ингредиенты: какао-порошок – 1 ст. л., бананы – 2 шт., ванилин – по вкусу, мягкий творог – 200 г. Для шоколадного слоя: взбить в блендере 0,5 пачки творога, какао и один банан. Для белого слоя: взбить в блендере 0,5 пачки творога, один банан и ванилин. Этот слой должен получиться гуще. В креманку ложкой аккуратно выкладываем белый слой мусса. Затем – шоколадный. Сверху шоколадного – снова белый, в центре зубочисткой нарисовать узор. Сервировка стола. «Диалог за столом»: можно ли сделать муссы из овощей? Какие они будут на вкус? 	Приложение 1
	33. Коктейль «Витаминный». <i>Сервировка стола</i> <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, сервировка стола, приготовление коктейля, виды коктейлей</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (блендер, фрукторезка). Что такое коктейль? (обсуждение) Технология приготовления коктейля «Витаминного». Сервировка стола. «Диалог за столом»: какие бывают коктейли. 	Приложение 2
	34. Печенье «Улыбка» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (микроволновая печь). Что такое печенье? (обсуждение) Технология приготовления печенья «Улыбка». 	Приложение 2

	<i>печенья, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> Сервировка стола. Складывание салфеток. «Диалог за столом»: какое бывает печенье? 	
июнь	35. Бутербродики к празднику <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление блюда, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (нож, терка). Мамин праздник (обсуждение). Технология приготовления блюда. Сервировка стола. «Диалог за столом»: к какому виду можно отнести это блюдо и почему? Какие бутерброды еще можете приготовить? 	Приложение 1
	36. Печенье «Грибочки» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление печенья, сервировка стола, складывание салфеток</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (микроволновая печь). Что такое печенье? (обсуждение) Технология приготовления печенья «Грибочки». Сервировка стола. Складывание салфеток. «Диалог за столом»: какое бывает печенье? 	Приложение 2
	37. Торт «Весёлые рыбки» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление торта, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (блендер). Что такое торт? Какие бывают торты? Технология приготовления торта. Сервировка стола. «Беседа за столом»: для чего придумали торты? 	Приложение 2
	38. Парфе из клубники с печеньем <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление парфе, сервировка стола</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (блендер). Что такое парфе? Технология приготовления парфе. Сервировка стола. «Диалог за столом»: история возникновения парфе. 	Приложение 1
июль	39. Морс фруктовый. <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, сервировка стола, приготовление морса</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (блендер). Что такое морс? Для чего надо пить морсы летом? Технология приготовления морса фруктового. Сервировка стола. «Беседа за столом»: что можно добавить в морсы? 	Приложение 1
	40. Чипсы из яблок <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, сервировка стола, приготовление чипсов</i>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (нож). Откуда родом чипсы? Технология приготовления чипсов из яблок. Сервировка стола. «Беседа за столом»: бывают ли полезные чипсы? 	Приложение 1

август	<p>41. Фруктовое канапе <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление канапе, форма нарезки фруктов, сервировка стола</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности. Что такое канапе? (обсуждение) Технология приготовления фруктового канапе. Сервировка стола. «Диалог за столом»: о пользе овощей. 	Приложение 1
	<p>42. Фруктовые бабочки <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление десерта, форма нарезки фруктов, сервировка стола</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (нож). Что такое десерт? (обсуждение) Технология приготовления десерта. Сервировка стола. «Диалог за столом»: какие бывают десерты. 	Приложение 1
	<p>43. Салат «Фруктовый» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление салата, сервировка стола</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (нож). Что такое салат? (обсуждение) Технология приготовления салата «Фруктового». Сервировка стола. «Беседа за столом»: о пользе фруктов. 	Приложение 2
	<p>44. Салат «Витаминный морковный» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление салата, сервировка стола</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (нож). О пользе моркови (обсуждение). Технология приготовления салата. Сервировка стола. «Беседа за столом»: зачем в питании человек использует салаты?. 	Приложение 1
	<p>45. Банановое печенье <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление печенья, сервировка стола, складывание салфеток</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (микроволновая печь). Бывает ли полезное печенье? (обсуждение) Технология приготовления бананового печенья. Сервировка стола. Складывание салфеток. «Диалог за столом»: из чего можно сделать полезное печенье? 	Приложение 1
	<p>46. Салат «Здоровье» <i>Задачи: закрепление техники безопасности на кухне, приготовление салата, сервировка стола</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> Правила техники безопасности (нож). О чем говорят «Барыня в огороде»? (обсуждение) Технология приготовления салата «Здоровье» Сервировка стола. «Диалог за столом»: о пользе овощей. 	Приложение 2
<i>Итого</i>		46	

Краткая история чая

Родина чая - Китай. Первое упоминание о чайном растении встречается в I веке нашей эры, во время правления династии Хань - тогда же появился и иероглиф "ча". Но есть сведения, что китайцы знали чай уже в III веке до нашей эры. О том, как люди обнаружили чайный куст, в Китае сложена романтическая легенда - в 2737 году до нашей эры в чашку божественного земледельца Шэнь Нуна случайно попали листья чайного растения. Попробовав отвар, он якобы был потрясен его вкусом и тонизирующим эффектом, и стал пить ежедневно.

Вначале чай использовался как лекарственное средство, и правители Китая дарили его приближенным в знак особого императорского расположения. Китайцам понадобилось около трех столетий, чтобы сделать чай национальным напитком. Постепенно стали вырабатываться традиции чайной церемонии, и в VIII веке Лу Юй, автор знаменитого трактата "Канон чая", сформулировал главные принципы чаепития: "Прозрачен и некрепок - хорош, в меру - прекрасен; после еды пить поменьше, перед сном - не пить совсем; заварив, выпить; выпив, заварить".

Приблизительно в V веке китайцы начинают торговать чаем с тюркскими племенами, во времена династии Тан (618-907 г.г.) для чайной торговли наступает поистине "золотой век" - чай узнают кочевые народы Великой степи и тибетцы. Кочевники обнаружили, что употребление чая помогает избежать типичных болезней, связанных с недостатком растительных продуктов питания.

К IX веку чай проникает в Японию, где становится не только национальным напитком, но и накладывает отпечаток на все стороны духовной жизни японцев - от поэзии до философии. И в конце XX века чайный обряд в Японии остается неизменным - кажется, что за чашкой чая даже время никуда не торопится.

Европа узнала чай лишь в начале 16 века - в 1517 году португальские мореплаватели привезли его в дар своему королю. Но по-настоящему Старый свет "распробовал" чай почти сто лет спустя, когда голландские суда доставили в Европу первые партии "китайской травы".

С восторгом принимает чай консервативная Англия - в 1664 году Ост-Индская компания присыпает королю Карлу ценный подарок - два фунта чая, и с этого времени чай раз и навсегда покоряет туманный Альбион. Появляются чайные магазины, а в 1717 году в Лондоне открывается "чайный дом" "Золотой лев". В отличие от пабов - пивных баров, где собирались исключительно мужчины, новая чайная открыта и для женщин.

В начале 19 века седьмая герцогиня Бедфорд, Анна, начинает собирать друзей на чашку послеобеденного чая - отсюда берет начало знаменитый английский "five o'clock". С тех пор вся страна - от Королевы до ирландского пахаря - ровно в пять часов вечера разливает по чашкам горячий ароматный напиток. Кстати, в традициях английского чаепития до сих пор прослеживается "восточный след": англичане разбавляют чай молоком, как это делали кочевники-монголы и подают к чаю соленое печенье, что напоминает японский обычай пить подсоленный чай.

Но и сами англичане сыграли в истории чая важную роль: именно они распространили чайное растение по миру, начав его культивацию в индийской провинции Ассам, на Цейлоне, в Кении и многих других странах. Сегодня чай выращивают почти в сорока странах, а больше всего чая производится в Индии, Китае, Шри-Ланке, Кении, Индонезии, Турции и Вьетнаме. А основными потребителями чая считаются Россия, Великобритания, Пакистан, США, Япония

В России чай появился в 17 веке: в 1638 году русский посол боярин Василий Старков привез царю Михаилу Федоровичу дары от монгольского Алтын-хана - среди знаменитых монгольских атласов и мехов лежали свертки с сухими листьями. Старков отказывался брать эту сушеную траву, но монгольский правитель настоял на своем, и так впервые в Московии появился чай. Терпкое и горьковатое, "зелье" тем не менее пришлось по вкусу Михаилу Федоровичу; кроме того, было замечено, что "китайская травка" "осаждает пары, освежает и очищает кровь". Однако присланые Алтын-ханом четыре пуда чая - закончились, и скоро вкус чая в Москве стали забывать. Только спустя почти 30 лет, при царе Алексее Михайловиче, русский посол в Китае Иван Перфильев вновь привезет чай в Россию, а в 1769 году Россия заключит с Китаем первый договор на поставку чая.

Чай был для России довольно дорогим удовольствием - он стоил примерно в десять раз дороже, чем в Европе, поскольку доставлялся в Россию торговыми караванами, и путь от Пекина до Москвы занимал более года. Долгое время он оставался "городским напитком", причем, преимущественно московским. Даже в Петербург чай привозят из Москвы, и до середины прошлого

века в столице будет открыт только один специализированный магазин. (В Москве число чайных лавок уже приблизится к сотне).

Со временем увеличивается доля морских перевозок, заканчивается строительство Транссибирской железнодорожной магистрали, и в конце 19 столетия начинается поистине триумфальное шествие чая по России. Чай дешевеет, продается буквально на каждом углу, вводится в довольствие русской армии. По всей стране открываются чайные, вырабатывается чайный этикет - появляется особый вид приглашения в гости "на чай". В свой знаменитой книге "Подарок молодым хозяйствам" Елена Молоховец подробно описывает сервировку вечернего дружеского чая - на стол подаются лимон, сахар, сухарики, печенье, булочки и плюшки, а также ром и легкие вина. Чай входит в народные пословицы, поговорки, сказки, начинает влиять на лексику русского языка - вознаграждение за любую мелкую услугу швейцару, извозчику, официанту теперь называется "чаевые".

Новую ноту в русское чаепитие внесло появление самовара - отныне он главный участник русского чайного застолья, непременная принадлежность любого семейного дома. "В четыре часа по всему Замоскворечью слышен ропот самоваров; - пишет Островский, - Если это летом, то в домах открываются все окна для прохлады, у открытого окна вокруг кипящего самовара составляются семейные картины..."

Чай не знает социальных различий - он любим и в великосветских салонах Петербурга, и в деревенской избе, топившейся по-черному, его пьют в трактирах Мещанской слободы и в фешенебельных ресторанах. Чаяпитие в России нечто большее, чем просто застольная традиция - это образ жизни, черта национального характера, символ хлебосольства и гостеприимства.

История происхождения и развития морса

Сегодня трудно точно сказать, какой именно регион является родиной данного напитка. Учитывая, что ученые выдвигают версии о древнем происхождении морсов, а именно около 2-2,5 миллиона лет назад, искать какие-то конкретные источники рецептов вообще не представляется возможным. Современному человеку этот напиток хорошо известен по византийским описаниям. Собственно само название его «морс» происходит от этого древнего наречия, в котором оно произносится как «мурса» и дословно переводится как «вода с медом». Это дает возможность представить данный напиток как некую подслащенную прохладную жидкость, наделенную лечебными и питательными свойствами.

Именно вода и мед лежит в основе любого морса. В дальнейшем рецепт зависит от фантазии того, кто решил его приготовить. В современном понимании морс – это прохладительный безалкогольный напиток, который готовиться из свежих ягод, овощей и фруктов, путем отжима из них сока и отваривания оставшегося из сырья жмыха.

В России морс был известен еще в древние времена, когда основой пропитания семьи служило собирательство и домашнее хозяйство. Претерпев множество рецептурных изменений и, тем самым обогатив свою историю, морс стал считаться одним из национальных напитков, а потому достаточно часто подавался к столу. Для приготовления его часто использовались клюква, брусника, морошка, ежевика, черника, голубика, смородина, жимолость, крыжовник. Шли в дело и некоторые овощи – свекла или ревень. Яблоки, сливы, груши также были опробованы в новых рецептах. Как показало время, постоянная смена ингредиентов не испортила вкусовых качеств морса, а лишь обогатила его и расширила список его положительных свойств. В последствие не отказывался от хорошего морса, ни боярин, ни придворная особа.

Возвращаясь к истокам, стоит отметить некоторые предположения о том, что морс стал одним из способов рационального использования добываемых пищевых ресурсов. По одной из версий, данный напиток варился только из жмыха. Либо тот просто заливался холодной водой и настаивался, чтобы не выкидывать полезное сырье, а пустить его в дело. Как оказалось, не напрасно. Еще одна версия указывает на то, что толченые ягоды могли использоваться для морса после того, как ими воспользовался художник, то есть по завершению его творческой работы. Об этом в какой-то степени свидетельствуют и найденные черепки посуды, на стенках которых остались следы толченых ягод и их сока.

Праородителем морса можно назвать один очень простой напиток, который и называется очень незамысловато «водичка». Для его приготовления собирались разные ягоды, садовые и

лесные, хорошо промывались. Важно было, чтобы все они были целые, не помятые. Посуда наполовину ими заполнялась и заливалась холодной кипяченой водой. После этого посуду следовало плотно закрыть и, в зависимости от нежности ягоды, убрать в темное прохладное место на 3-10 дней. По истечению данного периода водичку сливали через марлю, подслащивали, разливали по отдельным сосудам и убирали в холодное место на 3-4 дня. Оставшиеся ягоды можно было использовать еще раз, так как в них еще остался сок.

В отличие от этого рецепта, в морс, конечно, идут ягоды разного состояния, и побитые, и перезрелые, и слегка подпорченные, поэтому данный напиток называют экономичным.

Кулинарные истории: мусс

В переводе с французского – пена. История муссов начинается во Франции в XVII веке. В то время придворные повара «пенные» блюда готовили не только из фруктов и ягод, уже тогда на королевский стол подавали муссы из овощей, мяса, рыбы, морепродуктов, печени. Со временем технологию взбивания измельченных продуктов стали использовать и в ресторанах.

А в начале 1900-х знаменитый французский художник Тулуз Лотрек придумал взбить шоколад до воздушной пены, соединив его с яичными белками. Только тогда его называли «шоколадным майонезом», но это неудачное название десерта сменили на более аппетитное – «шоколадный мусс». А в 1977 году в Нью-Йорке изобрели мусс на основе белого шоколада, и он также был невероятно популярен.

Сейчас для приготовления муссов используют разные компоненты и технологии, поэтому он может быть легким и воздушным или сливочным и тяжелым. В основе десертного мусса – взбитые белки и сливки, желатин или агар-агар, к которым добавляют вкусовые компоненты: шоколад, кофе, карамель, пюре из фруктов, ягоды, ароматизаторы – мяту или ваниль.

Канапе

Это крохотные бутербродики на шпажках. Нарезанные продукты дети самостоятельно нанизывают на шпажки, соорудив кулинарный шедевр для уставшего после работы папы, мамы или просто для маленького семейного праздника. Что касается шпажек, можно купить их специально для детей – веселые и разноцветные.

Что касается шпажек, можно купить их специально для ребенка – веселые и разноцветные.

Фруктовые канапе

Используем в основной массе мягкие и нежные фрукты – виноград, клубнику, киви, арбуз и дыню, бананы, персики. Фрукты помыть, нарезать и наколоть шпажки. Украсить можно фруктовым сиропом или шоколадной крошкой. Кстати, из бананов, клубники, персиков и мороженого получается изумительный салат, который тоже можно сделать вместе с крохой.



Фруктовое канапе
для детей



Овощное канапе

Это салат на шпажках из огурцов, помидоров, оливок, моркови, зелени и пр.

Сладкие хлебцы



Веселые закуски

Детям чрезвычайно важно, чтобы блюдо имело не только незабываемый вкус, но и привлекательный (в их понимании) вид. Мы можем помочь своим детям из простых продуктов создать настоящее чудо.

Например...

- **Мухоморы.** Отвариваем яйца вкрутую, чистим, срезаем нижнюю часть для устойчивости (это будут грибов) и ставим на вымытые салатные листья (полянка). Помытые небольшие помидорки режем пополам. Далее ребенок надевает эти «шляпки» на «ножки» и украшает их капельками майонеза/сметаны. Не забудьте украсить поляну травкой из укропа.

Можно посадить...

- **Паучка** (тело из оливки, лапки – стружка из крабовых палочек).
- **Божью коровку** (тело – помидорка, лапки, пятнышки – оливки).
- **Дерево** (ствол – вареная морковка, листва – цветная капуста).
- **Мышку** (треугольник плавленого сыра – тело, хвостик – зелень, ушки – колбаса, нос, глаза – из оливок).
- **Снеговика** (тело – три крохотные картофелины на шпажке, шляпа/нос – морковь, глаза – горошек).
- **Елочку** (сырные ломтики на шпажке, сверху звездочка из сладкого перца).



ножки

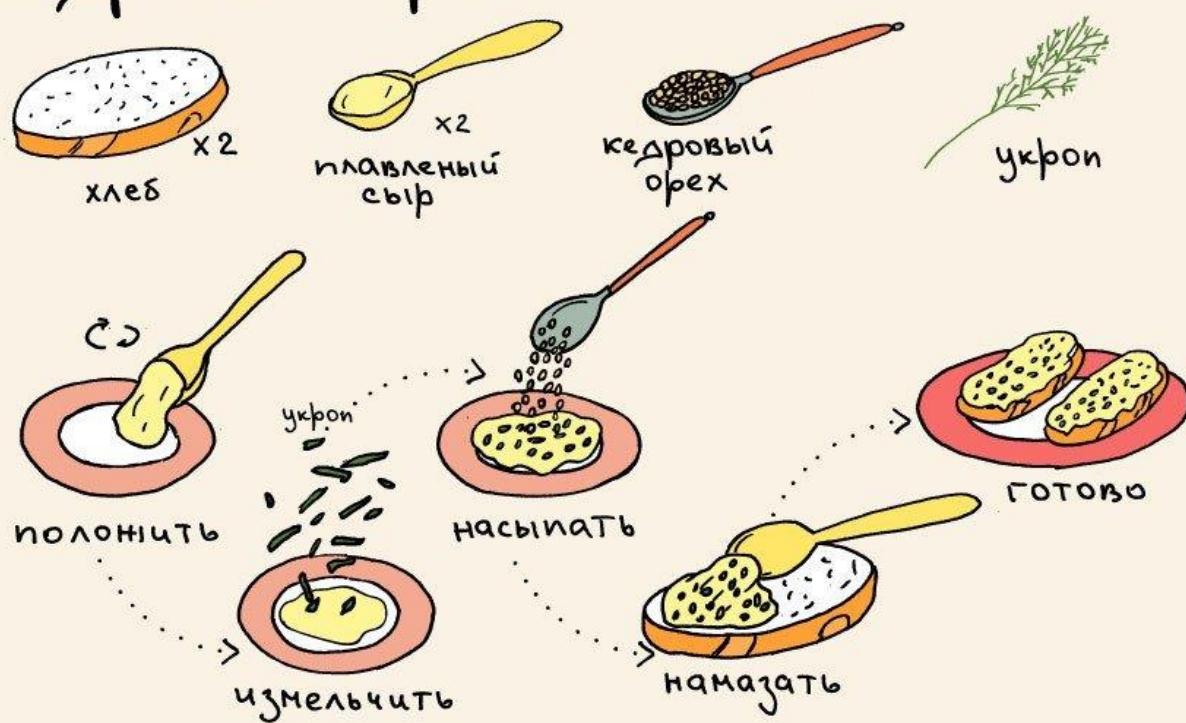
голова,



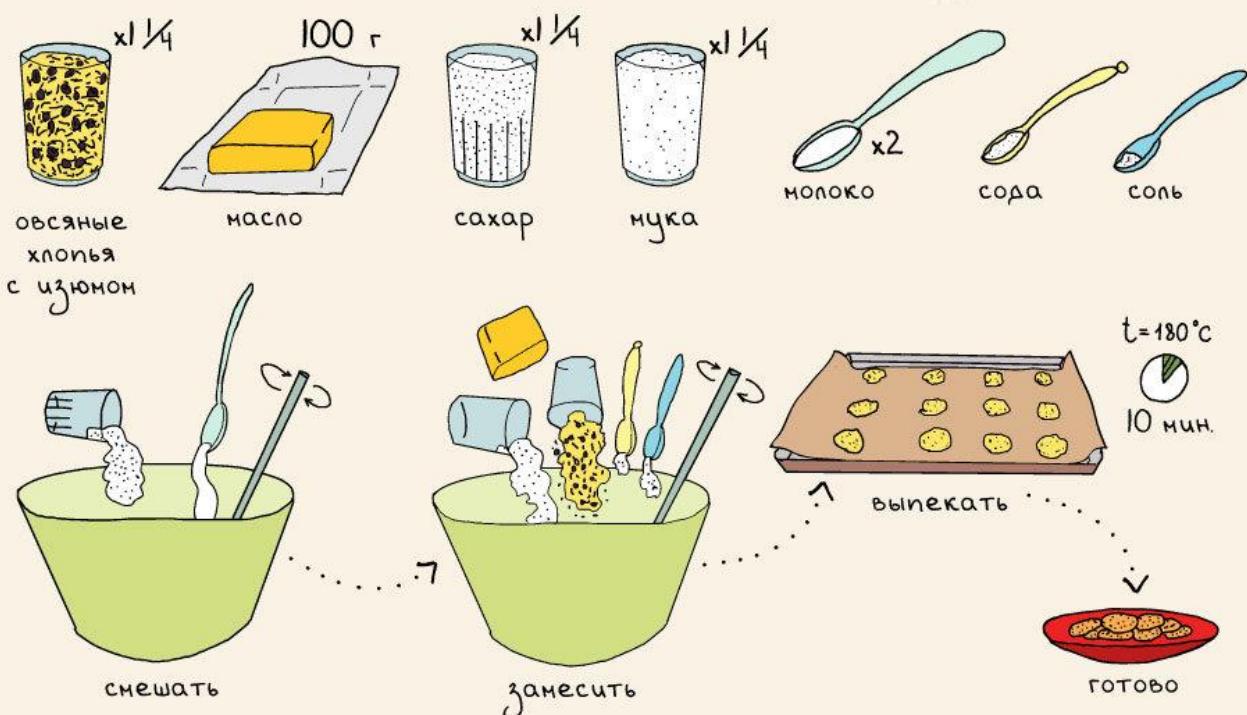
Оладьи из морковки



Бутерброды с плавленым сыром и кедровыми орешками



Овсяное печенье



«Детский оливье»

Ингредиенты:

3 яйца



5 варёных картофелин



2 варёные моркови



2 свежих или солёных огурца



Сметана — по вкусу



Соль — по вкусу



Салат «Детский оливье»

Ингредиенты:

- 5 вареных картофелин
 - 2 вареных моркови
 - 2 свежих или соленых огурца
 - 3 сваренных вкрутую яйца
 - соль, сметана по вкусу

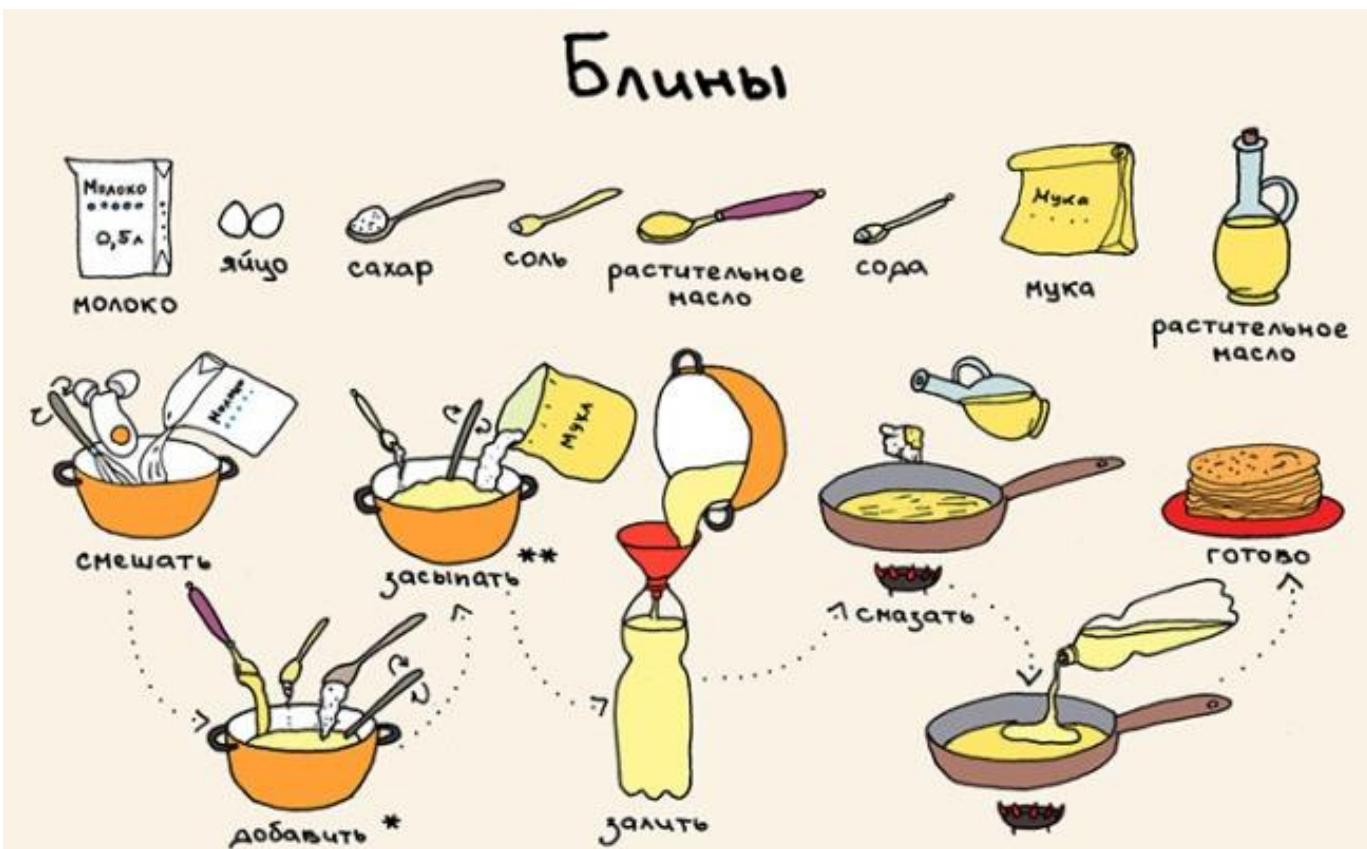
Способ приготовления салата «Детский оливье»: хорошо остыдите овощи и предложите юным помощникам их почистить. Картошку почистить прямо руками, а морковь — при помощи ножа. Дети чистят яйца, а после нарезают все овощи на небольшие кусочки. Салат заправляют сметаной, солят и хорошо перемешивают.

Винегрет овощной

Ингредиенты:

- 1-2 картофелины
 - 1-2 моркови
 - 1 свекла
 - 100 г квашеной капусты
 - 50 г зеленого горошка
 - 1 сваренное вкрутую яйцо
 - зеленый салат
 - 1/2 стакана сметаны
 - соль, сахар по вкусу, зелень укропа

Способ приготовления винегрета овощного: картофель, морковь, свеклу отварить, охладить, нарезать кубиками. Все перемешать, добавив капусту квашеную, горошек, соль, мелко нарезанную зелень укропа, заправить сметаной.



Букет тюльпанов (для бабушки или мамы)

Это блюдо можно приготовить вместе с папой — для мамы, или вместе с мамой — для бабушки.

▪ Моем огурцы, зелень, листья щавеля, помидоры («пальчиковые»).

▪ **Делаем начинку для бутонов.** Натираем на мелкой терке 150-200 г сыра и яйцо. Смешать натертые продукты со сметаной для начинки.

▪ Вырезаем из помидор сердцевинки до формы бутонов. Аккуратно наполняем «бутоны» начинкой.

▪ Далее укладываем на вытянутом блюде стебли (зелень), листья (листья щавеля либо тонко и вдоль нарезанные огурцы), сами бутоны.

▪ Украсляем красивой мини-открыткой с пожеланиями.



Бутербродики для праздничного стола

Ингредиенты:

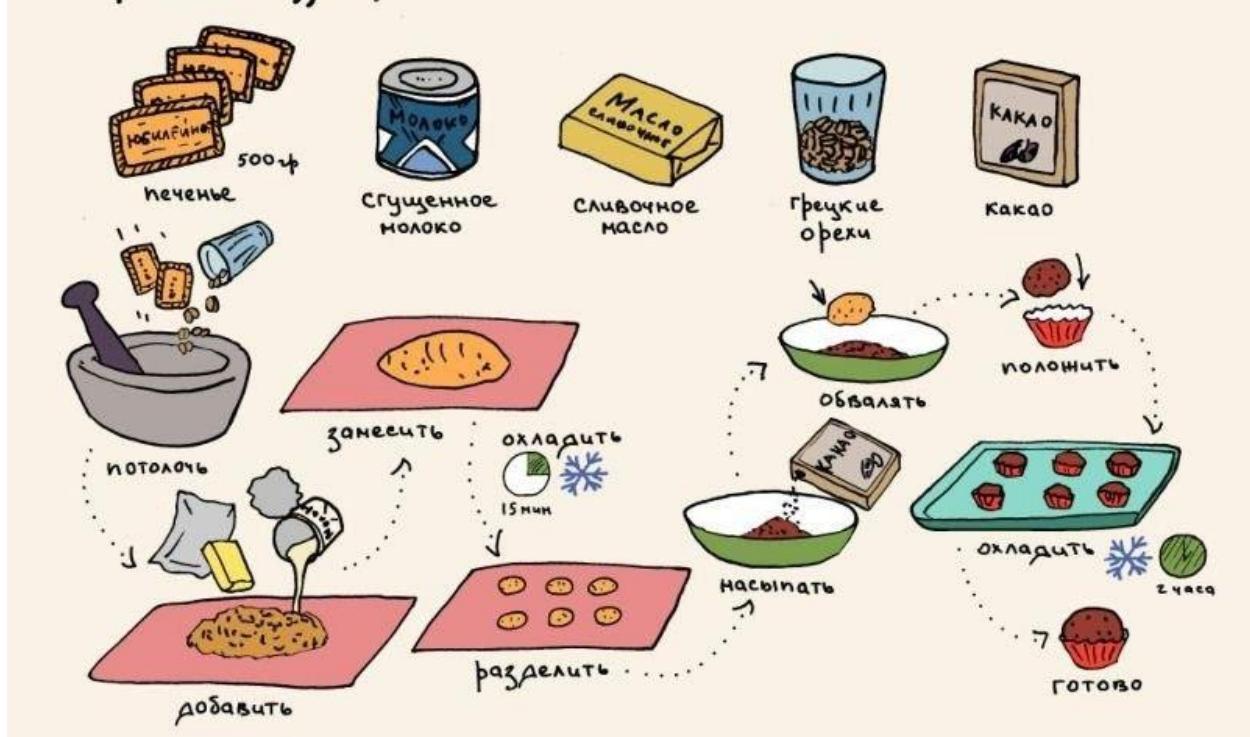
- Хлеб (нарезка).
- 6-7 листиков зеленого салата.
- Пара ст/л сметаны.
- Сосиска в нарезке.
- Сыр в нарезке.
- Зелень.
- Горошек.

А также *соленые огурчики, маслины и вареная морковка* (порезанные кружочками). Инструкции по приготовлению нет. Потому что в этом случае все зависит от фантазии детей. Еда, как известно, должна быть не только полезная и вкусная, но и... эстетичная на вид. А уж на бутербродах-то есть, где разгуляться фантазии — мышки, коты, смешарики, морская тематика и многое другое.



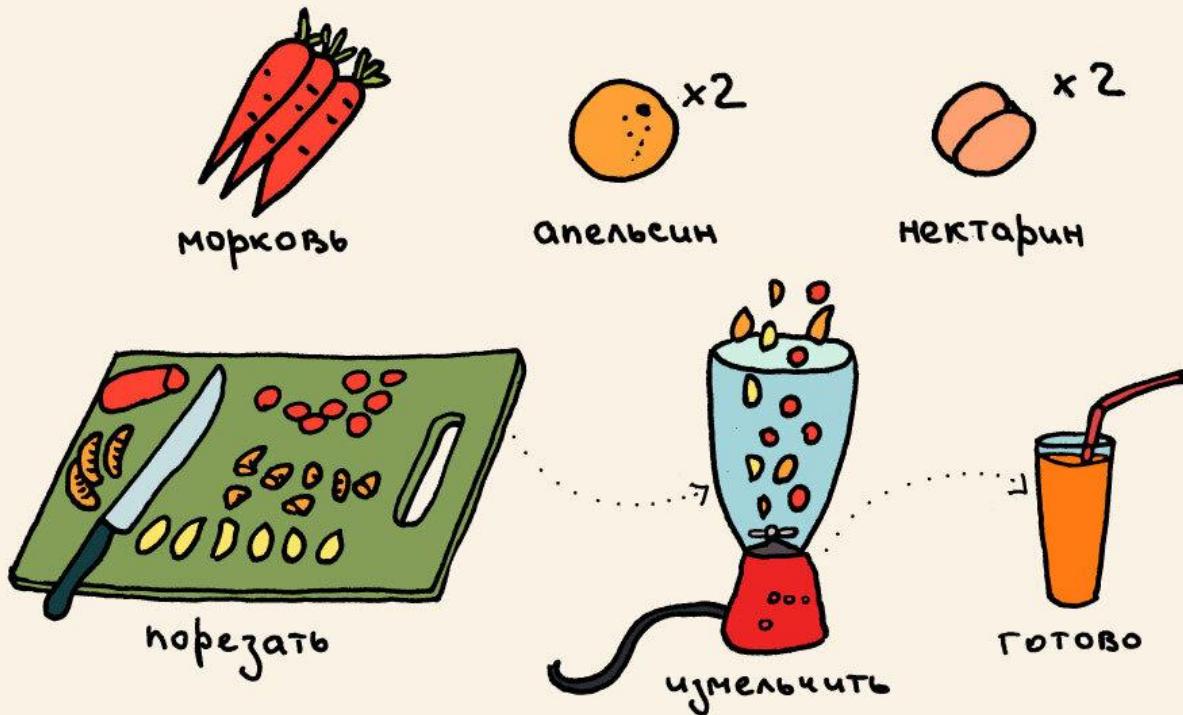
только

Пирожное „Картошка“



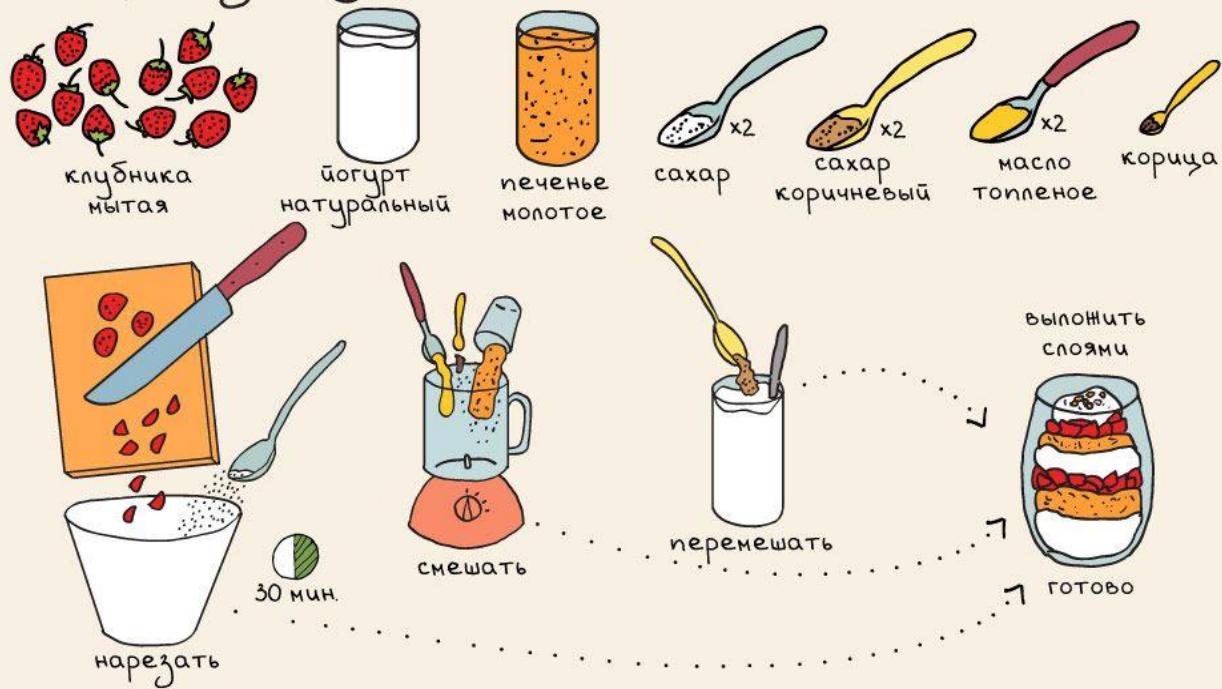
Коктейль «Витаминный»

Коктейль из моркови, апельсина и нектарина



Парфе

Парфе из клубники с печеньем



Чипсы из яблок



яблоко $\times 3$



лимон



сахар $\times 2$



корица $\times 2$



нарезать



смешать

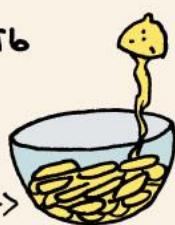
$t = 60^{\circ}\text{C}$



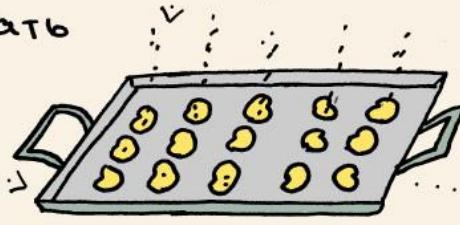
4 часа



готово



Добавить



посыпать

Банановое печенье для бабушки

Ингредиенты:

- Несколько бананов.
- Слив/масло.
- Кокосовая стружка.

Способ приготовления:

- Бананы измельчаем в блендере (вилкой либо на терке до однородной массы).
 - Смешиваем массу с кокосовой стружкой.
 - Формируем руками будущие печенья.
 - Берем тарелку без рисунков и позолоченных краешков (разрешенную для микроволновки), смазываем сливочным маслом и аккуратно перекладываем наше печенье.
 - Сушим десерт в микроволновке 5 минут.
- Вытаскиваем, крошим сверху толченые грецкие орехи, украшаем клюквой и подаем на стол.

Фруктовые бабочки

Ингредиенты:

Апельсин.

Виноград (например, Киши-Мии и Дамский пальчик).

Клубника и киви.

Цедра.

Способ приготовления:

- Ломтик апельсина — пополам. И укладываем половинки по форме бабочкиных крыльышек.
- По «спинке» бабочки укладываем половинку ягоды винограда — «туловище».
- Маленькую и круглую виноградину ставим на место головы.
- Из апельсиновой кожуры нарезаем тоненькие усики-полосочки, прикладываем к «голове» и чуть загибаем их в стороны.
- Украшаем крылья бабочки дольками киви и клубники.



данные

6. Глазки можно сделать парой капель подтаявшего мороженого.
 7. Раскладываем на тарелке и... радуем семью!
- При желании бабочек можно усадить на «лужок» из листьев смородины или спрятать среди цветов из марципана. Кстати, создавать последние дети тоже очень любят.

Салат «Витаминный морковный»

Морковь - настоящий кладезь витаминов, который богат витамином А.

Ингредиенты:

Морковь — 1 Штука

Яблоко — 1 Штука

Кукуруза консервированная — 100 Грамм

Оливковое масло — 2 Ст. ложки

Зелень петрушки — 0,5 Пучка

Способ приготовления:

1. Яблоко, не очищая, порежьте на мелкие кубики.
2. Морковь натрите на крупной терке.
3. Смешайте морковь, яблоко, консервированную кукурузу (сок необходимо предварительно сцедить) и рубленную зелень.
4. Добавьте оливковое масло и перемешайте.

Конспект занятия «Коктейль «Витаминный»

Цель: формирование элементарных трудовых навыков, познакомить с процессом приготовления фруктового и ягодного коктейлей.

Задачи:

Закреплять знания детей о фруктах и ягодах: названия, вкус, внешний вид.

Развивать творческое воображение, стойкий интерес к продуктивной деятельности.

Познакомить детей с миксером (назначение, устройство, порядок работы) и с прибором для отжима сока, правилами безопасного использования ножа.

Формировать навыки приготовления фруктового и ягодного коктейлей с помощью миксера и соковыжималки.

Развивать умение анализировать технологический процесс приготовления блюда.

Совершенствовать грамматический строй речи.

Воспитывать аккуратность, умение работать в команде.

Материалы: миксер, соковыжималка для цитрусовых, посуда для сервировки стола, модели, отражающие приготовление данных блюд, фрукты, ягоды, нож, разделочная доска, йогурт, мед, фартуки, колпаки, посуда для коктейля, трубочки, разрезные картинки, карточки с цифрами, карточки отражающие правила техники безопасности при работе с ножом, тазики для грязной посуды, емкости для отходов, салфетки.

Предварительная работа:

1.Знакомство с устным народным творчеством: закличками, потешками, народными сказками, загадками, пословицами о фруктах и ягодах.

2.Настольная игра-лото «Фрукты и ягоды»

3. Беседы о пользе фруктов и ягод.

4. Слушание и пение песен о фруктах и ягодах.

5 Рассматривание картин, иллюстраций о фруктах и ягодах.

6. Закрепление правил техники безопасности при работе с электрооборудованием.

7. Подготовка оборудования и материалов к проведению НОД.

Ход НОД:

1. Мотивационный этап

Воспитатель предлагает поиграть в дидактическую игру «Угадай на вкус». Дети по очереди пробуют с закрытыми глазами кусочек фрукта или ягоды. Определяют и называет вкус. Выбирают из набора иллюстраций соответствующее вкусу изображение.

Воспитатель спрашивает у детей, что по их мнению можно приготовить из фруктов и ягод (Ответы детей)

2. Деятельностный этап

- Приглашаю вас в экспресс-кафе.

Дети и воспитатель одеваются в спецодежду.

Закрепляют правила работы с электрооборудованием (по алгоритмам).

В. Сегодня предлагаю вам приготовим коктейль. Кто знает, что это такое? (если дети затрудняются, педагог помогает им). Такой напиток называется смузи – прохладный десерт из сока фруктов и ягод с добавлением льда, молока, йогурта, сока, меда, яиц, сахара и других компонентов (картинки с изображениями)

В. –Подумайте, нам нужно сложить все вместе или как-то поделить?

В.- Из каких фруктов лучше сделать коктейль? Почему?

Д.- Лучше из фруктов, в которых больше жидкости, сока.

В.- Правильно. А какие продукты нам нужны?

Д.- Мед и йогурт. Они тоже жидкие.

В.- Мы поговорили о продуктах, чтобы перейти к приготовлению, нам нужно одеться и вымыть руки (надевают фартуки и колпаки)

В.- Для приготовления коктейля нам сначала нужно приготовить сок. Как его приготовить?

Д.- Отжать через бинтик, марлю кусочки фруктов, ягоды.

В. – Да, но времени у нас мало, гостья уже ждет. Как ускорить процесс?

Предположения детей. При необходимости, педагог обращает внимание на лежащие на столе соковыжималку, миксер.

В.- Чтобы ускорить процесс приготовления, можно использовать помощников: соковыжималка для цитрусовых (демонстрация). Она предназначена для того, чтобы получать свежий сок из апельсинов, мандаринов, грейпфрутов, лимонов. Выглядит очень просто: конусообразная насадка, внизу емкость для сбора сока. Разрезаем апельсин ножом.

Давайте вспомним правила безопасности при работе с ножом:

- не прикасаться к острой кромке ножа пальцами;
- не размахивать ножом;
- крепко держать рукоятку ножа, пальцы подальше от места разреза;
- следить, чтобы руки были сухими;
- не оставлять нож вкоты в продукты или между ними;
- не пытаться поймать падающий нож (демонстрация соответствующих карточек).

В.- На насадку прикладываем половину апельсина и сильно надавливаем и вращаем рукой. Когда сок перестает отжиматься, выбрасываем корку, даже если на ней что-то осталось. В емкости – сок, который мы перельем в стакан, добавляем йогурт, чайную ложку меда, перемешиваем. Украшаем кусочками фруктов.

Миксер – прибор для смешивания и взбивания компонентов (демонстрация). Он состоит из венчика и моторчика, который приводится в движение при помощи вращающейся ручки. Наливаем йогурт в емкость, кладем туда ягоды, наливаем ягодного сока, взбиваем, переливаем в стакан, украшаем ягодами, кусочками фруктов.

В. – Я предлагаю приготовить два вида коктейля – из фруктов и из ягод. Давайте поделимся на команды. Как можно это сделать? Предложения детей. Дети договариваются, делятся на команды и выбирают ингредиенты коктейля.

В.- А теперь выбирайте, что нужно будет вам для работы: фрукты, ягоды, помощника. Помните, что нужно соблюсти последовательность приготовления, поэтому договоритесь о том, кто будет выполнять операции, определите очередность.

Работа детей. Воспитатель следит за техникой безопасности, оказывает индивидуальную помощь.

Во время работы проводится игра «Назови признак» (коктейль из апельсина какой – апельсиновый и т.п.) После окончания работы дети наводят порядок. Воспитатель предлагает придумать названия своим блюдам и рассказать, как они приготовлены.

Дети пробуют коктейли.

Воспитатель предлагает вспомнить пословицы о труде: «Без труда не вытащить и рыбку из пруда», «Упорство и труд всё перетрут» и др.

Рефлексия.

Что вы сегодня учились готовить?

Как вы сделали это?

Трудно ли вам было? Почему?

Сможете ли сами приготовить коктейль – смузи?

Угощение детей другой группы коктейлями.

Конспект занятия «Салат «Фруктовый»

Цель: Создание условий для получения детьми положительного результата через приготовление фруктового салата.

Задачи:

1. Мотивировать детей к совместной трудовой деятельности посредством создания игровой ситуации.

2. Создать условия для формирования умений детей ставить цель коллективного труда, выделяя его основные этапы.

3. Способствовать тому, чтобы дети испытывали радость от участия в совместной деятельности с взрослыми и сверстниками.

4. Побуждать детей контролировать качество своих действий и мотивировать их на стремление улучшить результат.

5.Побуждать детей к изготовлению фруктового салата, используя схему-модуль трудового процесса, с соблюдением культурно – гигиенических правил и техники безопасности работы с ножом.

6.Способствовать развитию мышления, памяти, внимания и восприятия посредством обобщения знаний о фруктах.

Материалы:

- Фартуки и косынки для детей, воспитателя;
- Кухонные доски и ножи;
- Посуда: розетки, столовые приборы, салфетницы, скатерть, поднос;
- Фрукты: яблоки, мандарины, груши, киви, бананы.

Предварительная работа:

• Беседы с детьми «Солнечные гостинцы», «Фрукты – источник здоровья», «Правило чистых рук»;

- Д/и «Сварим компот», «Поварёнок», «Аскорбинка и её друзья»;

- Чтение стихов и разучивание стихов о фруктах;

- Д/и «Опиши – мы отгадаем»;

- Закрепление правил техники безопасности при работе с ножом.

Ход НОД:

1. Мотивационный этап

– Чем мы будем сегодня с Вами заниматься?

–Давайте подойдем к столу и попробуем на вкус, что там находится.

Дидактическая игра «Определи фрукт на вкус»

(Контроль по результату: угадал или не угадал)

–Как одним словом можно назвать все это! (Фрукты)

–Все фрукты разные на вкус. Фрукты можно угадать и по запаху (Такой сладковатый, летний аромат)

–Фрукты яркие, красивые, непохожие друг на друга! Какие фрукты вы знаете ещё? (Лимон, ананас, апельсин)

–Где растут фрукты? (На юге нашей страны)

–Банан, киви, ананас, авокадо, грейпфрут – это экзотические фрукты, которые растут в жарких странах.

–Мы все любим фрукты! Что можно приготовить из фруктов? (Компот, варенье, повидло, салаты...)

–Фрукты можно подавать целиком. Можно нарезкой – это когда фрукты аккуратно нарезаны. Ещё из фруктов можно сделать фруктовый салат – это соединение разных продуктов. Салат бывает слоеный, что значит слоеный, когда фрукты укладываются слоями и подаются на стол в креманке. Или микс коктейль – это когда все фрукты соединяют и перемешивают.

–Чем можно заправлять салаты? (Йогуртом, сметаной, сахарной пудрой, сиропом)

–Как думаете вкусно?

–Бывают особые случаи – праздник, встреча гостей; когда непременно салаты должны быть эстетичны и художественно украшены.

–Какой именинник не обрадуется такому сладкому сюрпризу?

У нас сегодня тоже именинник. Можем и мы приготовить для него вкусный салат. Но сначала, давайте отдохнем.

Физкультминутка:

Будем мы варить компот,

хлопаем в ладоши

Фруктов нужно много, вот!

разводим руками в стороны

Будем яблоки крошить,

ук. пальцем изображаем движения ножа

Груши будем мы рубить

рубим ребром ладоней

Отожмем лимонный сок

отжимаем

Слив положим и песок.

насыпаем

Варим, варим мы компот

помешиваем по кругу

Угостим честной народ!

имитируем поднос

2. Деятельностный этап:

—Чтобы приступить к приготовлению салата, давайте вспомним, что для этого нужно:

—Моем руки. Одеваем фартуки и косынки.

—Моем фрукты, чистим.

—Нарезаем. Резать фрукты будем пластмассовым ножом на разделочной доске.

—Нож – это опасный предмет и пользоваться им нужно аккуратно.

—Со стеклянной посудой также действуем аккуратно, почему? (Она бьется)

—Все готово для дальнейшей работы. Сейчас подумайте, какой салат вы будете готовить, выберите необходимые фрукты, посуду и приступаем к приготовлению вашего салата.

—Что делаем? (Одеваем фартуки, косынки, обрабатывайте руки влажной салфеткой)

—Посмотрите, нас много, а салатниц мало. Что же нам можно придумать?
(Объединиться в пары и работать вместе)

—Это будет ваш парный салат.

—Выберете себе пару, договоритесь кто, что будет резать.

Обсуждение процесса **приготовления фруктового салата**, опираясь на схему трудового процесса приготовления фруктового салата.

—Пока вы будете готовить салат, придумайте название своему салату. («Нежность», «Очарование», «Фруктовая радуга», «Вкусняшка» и т.д.)

—Как вы думаете, почему фрукты полезны? (Витамины)

—Зачем нашему организму нужны витамины? (Чтобы быть здоровыми, крепкими и сильными)

—У меня есть вкусный йогурт, которым можно заправлять наши салаты, также посыпать сахарной пудрой. Украсить ваш салат помогут зерна винограда.

Работа детей: Дети нарезают фрукты кубиками.

—Вот какие вкусные салаты приготовили для нашего именинника. Молодцы, настоящие кулинары! Сейчас мы уберем свое рабочее место. Поставим салаты на праздничный стол. Какой у нас праздничный стол. Получилась выставка красивых и вкусных блюд. Как вкусно пахнет, как красиво! Буйство вкуса и цвета.

3. Рефлексивно-оценочный этап

- Сложно было приготовить салат?

- А что больше всего понравилось?

- Что мы делали сначала?

- А что потом?

(Дети вспоминают все этапы приготовления)

Дети угощают именинника, сами садятся за стол.

Фруктовый салат

5 Результат труда					
4 Трудовые действия					
3 Оборудование					
2 Продукты					
1 Цель					

Конспект занятия «Десерт «Яблоки с творогом»

Цель: Обучение технологии приготовления десерта из фруктов и творога. Формирование навыков безопасного поведения на кухне, элементарных умений по приготовлению пищи.

Задачи:

Учить детей осторожному обращению с ножом, отработать навыки обработки фруктов (удаление середины яблока, семечек), соблюдать правила безопасности. Формировать навыки сотрудничества в коллективной деятельности. Воспитывать умение соблюдать очередность в выполнении заданий, контролировать свои действия. Воспитывать вежливое отношение к сверстникам, педагогу, закреплять знания этикета. Развивать эстетический вкус, закреплять умение красиво сервировать стол.

Материалы: Корзина, мульяжи фруктов.

Кухонные принадлежности: ножи, чайные ложки, блюдца, разделочные доски, миски с вымытыми фруктами, пустые миски, блюдо для запекания.

Фрукты (яблоко, изюм) творог, сахар, сметана.

Материал для сервировки стола.

Ход НОД:

1. Мотивационный этап:

- Предлагаю всем ребятам отгадать мою загадку:

«Пришла без красок и без кисти и перекрасила все листья»

- О каком времени года эта загадка?

Осень дарит людям много подарков.

- А какие подарки дарит нам осень? (красивые листья, хорошую погоду, богатый урожай).

-Что собирают люди в садах и огородах осенью?

Осень подготовила нам корзинку, что там находится, вы узнаете, если отгадаете загадки.
«Груша, яблоко, банан , ананас из жарких стран.

Эти вкусные продукты вместе все зовутся?» - фрукты.

-Расскажите, какие фрукты лежат в корзинке?

-Для чего нам нужны фрукты?

-Чем полезны фрукты?

-Зачем людям нужны витамины?

Фрукты очень полезны для людей, потому что в них содержится много витаминов, которые важны людям. Витамины укрепляют наш организм и защищают нас от микробов, а когда организм здоровый, то никакие болезни ему не страшны. А ещё они помогают нам расти и улучшают зрение. Поэтому все дети и взрослые, обязательно должны употреблять фрукты.

2. Деятельностный этап:

Приглашаю вас на мастер-класс. Дети и воспитатель одеваются в спецодежду. Закрепляют правила работы с электрооборудованием (по алгоритмам). Готовят рабочее пространство и необходимые атрибуты (ножи, разделочные доски, миски с вымытыми фруктами, пустые миски).

Затем встают возле стола, за которым педагог одновременно с детьми будет изготавливать «Яблоки с творогом» по показу.

Алгоритм изготовления десерта «Яблоки с творогом»:

Готовиться этот десерт так: Разомните творог с сахаром, постепенно добавляя к массе сметану. Добавьте в творожно-сметанную массу вымытый и просушенный изюм. Помойте яблоки, срежьте верхушку (она потом послужит «крышечкой» во время запекания). Аккуратно удалите середину, чтобы не повредить стенки и дно фрукта. Заполните внутренность плодов начинкой, закройте крышечками из яблочных верхушек. Выложите плоды на противень, поместите в духовку. После

нужно

запекать.

Ребята, когда пользуются ножом, держать его надо за пластмассовую ручку, а металлическим лезвием резать фрукт – вот так. Пользоваться ножом необходимо очень осторожно, чтобы не порезаться. Дети вместе с воспитателем очищают и режут фрукты.

В процессе работы воспитатель объясняет, о пользе яблок необходимости их постоянного употребления в пищу. Это фрукт, который имеется в наличии с июня месяца по следующий июнь. Полезны они благодаря высокому содержанию железа, витамина С, витаминов группы В: В1, В2, В6, которые отвечают за состояние нервной системы, витамина Е. Богаты яблоки клетчаткой. Словом, настоящий кладезь витаминов и микроэлементов. Яблоки хороши и в сыром виде, и в

печеном. Их можно добавлять в различные запеканки (творожные, морковные), в оладушки, а можно просто запечь в духовке целиком с различными наполнителями: творогом, изюмом, курагой, черносливом, орехами. Что мы с вами сегодня и сделали.

3. Сервировка стола:

Давайте накрывать на стол и пробовать десерт.

Нужно разложить салфетки. Раздать десертные ложечки. Разложить запеченные яблоки на блюда, порционно. Молодцы, ребята! Что мы пожелаем друг другу? (приятного аппетита).

4. Подведение итогов:

Ребята, вы сегодня все постарались, приготовили такой вкусный десерт. Вам понравилось? Что больше всего понравилось? (ответы детей) Теперь такой простой десерт, сможете приготовить дома и угостить своих гостей.

Спасибо вам большое!

Конспект занятия «Салат «Здоровье»

Цель: актуализировать у детей принципы здорового питания, знакомство с технологией приготовления капустного салата «Здоровье».

Задачи:

1. Развивать у детей интерес к процессу приготовления блюд из капусты, на примере салата «Здоровье»

2. Знакомство с историей выращивания капусты и ее полезными качествами, значении данного продукта в питании человека.

3. Совершенствовать навыки умения работать с теркой. Соблюдение правил безопасности при работе во время шинковки овощей.

4. Развитие монологической и диалогической речи в процессе взаимодействия со взрослыми и сверстниками, умение отвечать на вопросы полным, развернутым предложением.

5. Расширить интерес детей к народному, устному творчеству на примере пословиц, поговорок о капусте.

6. Воспитание дружеских взаимоотношений, взаимодействовать в коллективе при выполнении определенных действий(приготовление салата).

Предварительная работа:

1.Познакомить детей с народным фольклором (пословицы, поговорки, загадки) о капусте.

2.Познакомить и рассмотреть алгоритм работы на терке и овошерезке.

3.Просмотр видео «Как росла капуста на огороде у дедушки Егора».

4.Привлечь родителей к подготовке оборудования и материалов к проведению к.о.п.

5.Рассматривание иллюстраций с различными сортами капусты.

6.Домашние задание для детей и родителей: найти в различных источниках пословицы и поговорки о капусте, проговорить их смысловое значение, выучить их.

Материал и оборудование.

1.Корзина с ингредиентами для салата(капуста белокочанная, морковь, яблоко, соль, сахар, масло растительное, лимон, вода).

2.Овошерезка.

3 Терки для детей по количеству детей.

4.Посуда для приготовления и дегустации салата.

5.Фартуки по количеству детей.

6.Магнитофон с музыкальными композициями.

7.Алгоритм работы на терке.

8.Набор иллюстраций с сортами капусты.

Ход НОД:

1.Мотивационный этап.

Звучит задорная русская народная мелодия.

Воспитатель обращается к детям:

«Листья с веток облетают,

Птицы к югу улетают?

Когда это бывает?

(ответ детей: осень)

В-ль: «Опустели наши грядки,

Огород и сад в порядке

Ты земля еще рожай

Мы собрали...

(дети: урожай)

В-ль: Осень прекрасное, щедрое время года. Осень дарит людям богатый урожай овощей и фруктов. Сегодня мы с вами поговорим об очень замечательном овоще. Вы с ней хорошо знакомы, и в то же время вы много узнаете нового об этой «незнакомки».

«Что за скрип, что за хруст?

Это что еще за куст?

Как же быть без хруста,

Если это....

Дети: КАПУСТА!

Ребенок читает: «Ее на зиму шинкуют,

Солят, квасят, маринуют.

Ведь капуста, как известно,

Во всех видах нам полезна.

Она раны очищает

И от стрессов защищает,

И лечебна, и вкусна

Она нам всегда нужна»

В-ль: Совершенно верно это капуста! Как про нее говорили на Руси «Барыня в огороде!» Капусту человек выращивает уже семь столетий, в древней Византии уважали этот овощ. Не одно кругосветное путешествие не было бы совершенно, если моряки не брали на корабли капусту как питание. Совершили бы они великие открытия, не помоги им «волшебница капуста»? Человек, давно понял и оценил полезные свойства капусты. Капуста содержит витамины, макроэлементы, аминокислоты, калий, кальций, каротин и много других полезных веществ для организма человека.

А сколько сортов капусты вырастил человек! Я сейчас буду показывать иллюстрации с различными сортами капусты, а вы их называйте.

Воспитатель демонстрирует иллюстрации, дети называют(белокочанная, краснокочанная, цветная, пекинская, брокколи, брюссельская, савойская).

В-ль: Капусту квасят, маринуют, тушат, варят, запекают, жарят.

Давайте поиграем: «Назови как можно больше блюд из капусты».

Дети передают друг другу, мяч и называют блюда с капустой (щи, капуста тушеная, голубцы, пирожки с капустой, бигус, капустная запеканка, капустный рулет, ленивые голубцы, капустные котлеты, овощное рагу, крем- суп из капусты, капуста с беконом, капуста с грибами, капустные котлеты, овощное рагу).

В-ль: Если, человек заботится о своем здоровье в его рационе должны присутствовать блюда из капусты.

«Без капусты в доме пусто.

Без капусты жить не вкусно.

Обожаем мы с ребятами

Всевозможные салаты,

Любим борщики на первое

И, не только мы, наверное.

И, конечно, на второе

Рагу любим овощное.

У капусты есть секрет-

Без капусты просто нет:

Голубцов, рагу, борщ.

Ешьте больше овощей.

С вами будет все в порядке:

Не поправитесь ребятки.

Станете сильней, стройней

И что главное-умней.»

2. Деятельностный этап.

В-ль: Мы сегодня будем готовить салат «Здоровье». К нашей героине «Капусте», присоединяются морковка и яблоко.

Дети приглашаются помыть руки одеть фартуки.

На столе ингредиент, для приготовления салата.

(капуста, яблоки, морковь, лимон, соль, сахар, вода, масло растительное).

В-ль: Прежде, чем мы с вами приступим к приготовлению салата. Я хочу вас познакомить с инструментами, которые помогут нам в приготовление салата. Это овошерезка и терка, с овошерезкой буду работать я, а вот на терках будете трудится вы. На овошерезке я буду шинковать капусту, а на терках ваша задача нашинковать яблоко и морковку. С терками нужно работать аккуратно, до конца овощи не шинковать, чтобы не поранить пальцы, быть внимательными. Детям предлагается рассмотреть алгоритм «Правила работы на терке».

Алгоритм приготовления салата «Здоровье»

*Овощи у нас помыты и почищены;

*Воспитатель начинает шинковать капусту на овошерезке;

*Дети шинкуют яблоко и морковь на терках;

*Нашинкованную капусту перекладывают в большую емкость;

*Предлагается детям помять капусту до появления капустного сока;

*К капусте добавляется яблоко, морковь;

*Готовится заправка для салата(вода, соль, сахар, масло растительное)

*Салат заправляется;

*Для пикантности добавляется сок лимона (ручная соковыжималка).

3. Презентационный этап.

Воспитатель предлагает детям принять участие в сервировке стола, для дегустации салата «Здоровья». Салат перекладывают в красивый большой салатник, для детей маленькие салатники, вилки, салфетки.

Все участники приглашаются для дегустации. Воспитатель просит детей поделится своими впечатлениями от процесса приготовления салата, что интересного и полезного дети узнали о капусте.

Воспитатель просит детей вспомнить, домашние задание (пословицы, поговорки, стихи) о капусте. И предлагает детям, поделится друг с другом этой информацией. Дети в свободном общении пересказывают пословицы, поговорки объясняют смысловое их значение.

*Капуста не пуста, сама летит во уста.

*Капуста любит воду да хорошую погоду.

*Ни один рот без капусты не живет.

*Без хлеба мужик сыт не будет. без капусты щи не живут.

*Хлеб да капуста лихого не попустят.

*Премудрость во щах, вся сила в капусте.

Ребенок читает: «Спасибо» скажем смело мы.

Тебе, капуста белая
Ты дождями умывалася,
В триста платьев одевалася,
Будем кушать да хвалить.
Да « спасибо» говорить!»

Конспект занятия «Печенье «Грибочки»

Цель: научить детей выпекать грибочки из теста.

Задачи:

Приобщать детей к культурным наследиям русского народа через потешки, приметы, изготовление и выпекание грибочек. Закреплять умение передавать в лепке выразительность образа гриба, его характерные особенности.

Развивать глазомер, мелкую моторику рук, образное логическое мышление, пространственное воображение, память, внимание, стойкий интерес к продуктивной деятельности.

Совершенствовать навыки работы с тестом, пользоваться различными способами лепки: ощипывание, скатывание, сплющивание.

Воспитывать эстетический вкус, умение видеть красоту природы, бережно относиться к растениям. Желание доводить начатое дело до логического завершения. Испытывать чувство удовлетворения от полученных знаний, радоваться результату. Воспитывать дружелюбие.

Предварительная работа:

1.Знакомство с устным народным творчеством: потешками, народными сказками, загадками, пословицами об осени. Беседы о приметах осени, перелетных птицах и грибах.

2.Разучивание с детьми русской народной игры «Грибочки и грибник».

Выбирается "Грибник". Остальные ребята "Грибочки", сидя врасыпную проговаривают слова под музыку.

«Грибочки»:

Мы грибочки, мы грибочки,

Дружно встали на пенёчке.

Спрятаться нам нужно,

Сядем в травку дружно.

«Грибники»:

Грибники мы, грибники!

Ох, корзины велики!

Попадётся гриб на ножске –

Мы кладём его в лукошко.

3.Слушание музыки Ю. Селиверстова «Грибочки».

4.Рассматривание картин, иллюстраций о грибах.

5.Закрепление правил техники безопасности при работе с электрооборудованием.

5. Подготовка оборудования и материалов (тесто двух видов белое и коричневое) к проведению НОД.

КЛАССИЧЕСКИЙ РЕЦЕПТ ПЕСОЧНОГО ТЕСТА 300г муки, 200г сливочного масла или маргарина, 100г сахара, 2~4 ст. ложек холодной воды. Какао 2ст. ложки. (для теста коричневого).

Ход НОД

1. Мотивационный этап

Воспитатель: После жаркого лета, всегда приходит разноцветная осень. Мы идем в лес и в траве находим что? (Ответы детей)

Кто сидит на крепкой ножке

В бурых листьях у дорожки?

Встала шапка из травы –

Нет под шапкой головы.

(Ответы детей)

- Да верно, это гриб.

- Ребята, а вы знаете что в давние времена, русские хозяйки пекли фигурки грибов из теста.

Грибки из теста должны были привести за собой осень и обильный урожай.

-Грибы приносят нам осень. Давайте продолжим народную традицию и сделаем их из теста. Хотите, ребятки, слепить грибочки? (Ответы детей).

2. Деятельностный этап

- Приглашаю вас в экспресс-кафе.

Дети и воспитатель одеваются в спецодежду.

Закрепляют правила работы с электрооборудованием (по алгоритмам).

Готовят рабочее пространство и необходимые атрибуты (скалки, формочки для лепки, противень для выпекания).

Затем встают возле стола, за которым педагог одновременно с детьми изготавливают грибы по показу.

Алгоритм изготовления грибов:

- *Замешиваем по рецепту два вида теста: белое (для ножек) и коричневое (для шляпок).*

- *Отщепить кусочек теста(белое) от общей массы.*
- *Скатать шарик.*
- *Сделать колбаску.*
- *Расплющить колбаску (получилась ножка).*
- *Отщепить кусочек теста(коричневое) от общей массы.*
- *Скатать шарик.*
- *Расплющить шарик, формочкой вырезать полукруг (получилась шляпка)*
- *Прикладываем шляпку к верхнему концу колбаски(ножки) и соединяем их.*
- *Выкладывают на противень. Второй грибок дети делают самостоятельно.*

Дети слушают весеннюю мелодию (Ю. Селиверстова «Грибочки»)

и приговаривают:

**На горе растут дубы, под горой растут грибы:
Белый – стар, братъ не стал, Моховик и мал и вял.
Груздь на солнце греет бок. В кузовок иди, грибок!**

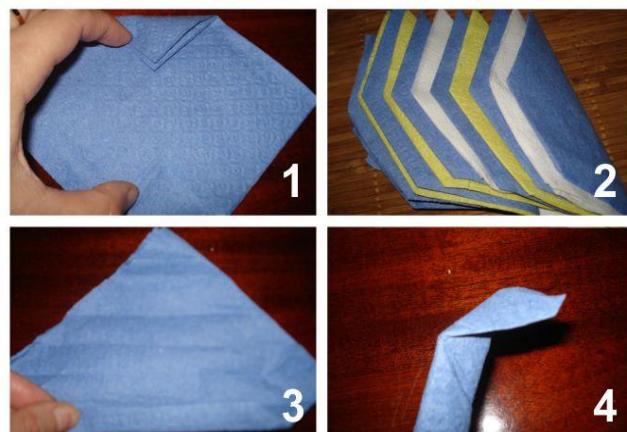
- *Помещают противень в духовой шкаф.*
- *Включают духовой шкаф.*

Во время приготовления грибочеков в духовом шкафу ребята накрывают на стол: расставляют чашки, блюдца для угощения, разливают компот.

- Ребята давайте красиво поставим салфетки в салфетницу. Это будет птица непростая с разноцветным хвостом:

Нам нужно сложить салфетки как удлиненные трапеции, которые станут хвостом птицы. Для деталей хвоста подгибаем параллельные углы и складываем салфетку пополам. Яркий и необычный хвост обеспечат заготовки из салфеток контрастных цветов. Голова и шея птицы — это салфетка, сложенная в плоскую трубочку с подогнутым кончиком.

Воспитатель во время работы хвалит детей, помогает каждому ребенку по мере



необходимости.

3. Презентационный этап

Дети достают грибочки из духового шкафа, снимают с противня и выкладывают на тарелочку, ставят тарелочку на стол.

Воспитатель:

- Ребята, вам понравилось делать грибочки? Как вы считаете, работать с тестом сложно? А интересно? Что должен уметь человек, чтобы работать с тестом (*Ответы детей*). Захотели ли вы дома вместе с мамой испечь грибочки? Ребята берут в руки готовые грибочки, поднимают, и отгадывают загадки:

*Стоял на крепкой ножке,
Теперь лежит в лукошке. (белый гриб.)
Я в красной шапочке расту
Среди корней осиновых,
Меня узнаешь за версту,
Зовусь я... (подосиновик).
Вдоль лесных дорожек
Много белых ножек*

В шляпках разноцветных,

Издали приметных.

Это... (сыроежки).

Нет грибов дружней, чем эти, –

Знают взрослые и дети, –

На пеньках растут в лесу,

Как веснушки на носу. (опята).

- Молодцы, не хотите, ребята попробовать, какие грибочки вы напекли?

Дети угощаются.

Конспект занятия «Пирожное « Настроение»

Цель: учить детей правильно и последовательно выполнять работу, формировать умение готовить вкусные, красивые блюда.

Задачи:

Развивать творческое воображение, мышление. Воспитывать эстетический вкус, аккуратность, терпение. Формировать технические умения и навыки работы с кулинарными инструментами.

Предварительная работа:

-Беседа с детьми: «Что такое кафе»

-Дидактические игры: «Мамины помощницы», «Профессии»

-Разучивание поговорок, стихотворений

-Отгадывания загадок

-Подготовка материала к проведению КОП

Ход НОД:

1.Мотивационный этап:

Воспитатель предлагает детям поиграть в экспресс-кафе. Здесь мы будем кондитерами. Педагог задает вопросы : Кто такой кондитер? Что он готовит?

У нас сегодня есть заказ на десерты: пирожное и сморози. А кто знает что это такое? И кто-нибудь пробовал эти десерты? Для того чтобы нам все это приготовить нужно разделиться на две команды.

2. Деятельностный этап:

Дети идут мыть руки, одеваются в спецодежду. Педагог показывает и рассказывает какие нужны ингредиенты для приготовления наших блюд (корж бисквитный для, глазурь, украшение для пирожных, форма для вырезания, молоко, банан).

3.Алгоритм приготовления печенья.

-взять корж и вырезать формочками «заготовки»,

-взять вырезанную «заготовку» из коржа и промазать сверху глазурью,

-на промазанный корж положить сверху еще одну «заготовку»,

-еще раз промазать глазурью и украсить наше пирожное,

-готовое пирожное укладываем аккуратно на тарелочки,

для сморози:

-берем молоко и выливаем в блендер,

-добавляем банан и все взбиваем в однородную массу,

- аккуратно переливаем в стаканы.

Во время работы воспитатель хвалит детей, помогает ребенку, испытывающему затруднения в работе.

3. Завершающий этап:

Наши десерты готовы. Ребята давайте придумать интересное название нашим пирожным. Так появляются пирожные с названием: «Человек паук», «Лунтик», «Радуга», «Настроение», «Золотой ключик» и много других интересных названий. Теперь можно накрывать на стол. Дети аккуратно расставляют на стол приготовленные десерты.

Воспитатель:

Ребята вам понравилось работа кондитера? Это было интересно? Что вы сегодня приготовили? Будите маме дома помогать готовить?

А теперь давайте попробуем наши блюда. Дети садятся за стол и начинают кушать.

Конспект занятия «Пицца – в подарок»

Цель: научить детей выпекать пиццу.

Задачи:

1. Знакомить детей с элементами культуры народов мира через чтение сказки итальянского писателя Дж.Родари «Приключение Чипполино», приготовление и выпекания пиццы.
2. Развивать стойкий интерес к продуктивной деятельности.
3. Совершенствовать навыки работы с тестом, формировать технические умения и навыки работы со скалкой (раскатывание теста в форме круга); ножом (нареза помидор полукольцами); теркой (натирание сыра).
4. Развивать мелкую моторику пальцев рук и кистей.
5. Воспитывать эстетический вкус, умение видеть красоту приготовленного блюда, сервировки стола. Желание действовать последовательно, руководствуясь алгоритмом, доводить начатое дело до конца. Испытывать чувство удовлетворения от совместной работы, согласованных действий и результата. Воспитывать дружелюбие.

Предварительная работа:

1. Закрепление правил техники безопасности при работе с ножом, теркой, электрооборудованием.
2. Чтение сказки Дж. Родари «Приключение Чипполино», рассматривание иллюстраций.
3. Слушание музыки К. Хачатуряна к балету «Чипполино».
4. Подготовка оборудования и материалов к проведению КОП.

Ход НОД:

1. Мотивационный этап.

Воспитатель обращается к детям: К нам в детский сад доставили интересный рекламный буклеть. Хотите посмотреть? Что изображено на буклете? (Ответы детей: повар в колпаке, держит в руках плоскую коробку, на коробке надпись и карточки с пятью буквами).

Воспитатель зачитывает надпись:

Лепешкой с сыром и томатами

Готовы все мы насладиться

Aх! Этую гостю из Италии

Зовут коротким словом...

А вот и подсказка – пять букв. Назовите их: «А», «П», две буквы «Ц». Попробуйте сложить из букв название рекламируемое в буклете.

(Дети выкладывают слово ПИЦЦА).

Предлагаю самим испечь пиццу. Приглашаю всех в пиццерию.

2. Деятельностный этап.

Дети и воспитатель одеваются спецодежду. Закрепляют правила работы с электрооборудованием (по алгоритмам). Готовят рабочее пространство и необходимые атрибуты (скалку, терку, ножи, противень для выпекания, дуршлаг для мытья зелени и помидор, разделочные доски).

Встают возле стола, договариваются, распределяют обязанности, действуют по алгоритму:

Алгоритм приготовления пиццы:

- вымыть под проточной водой помидоры и зелень базилика и петрушки;
- порезать помидоры полукольцами;
- покрошить зелень;
- натереть на терке сыр;
- раскатать тесто в форме круга;
- выложить тесто на противень;
- разложить на тесте помидоры;
- присыпать помидоры зеленью;
- «укрыть» начинку тертым сыром;
- оттягиваем немного тесто по кругу, делаем «бортики»;
- помещаем противень в духовой шкаф;



«И» и
блюда,

- включаем духовой шкаф.

Во время приготовления пиццы в духовом шкафу дети накрывают на стол: расставляют чашки, блюдца для угощения, разливают сок. Воспитатель предлагает детям послушать музыкальный фрагмент из балета «Чипполино» К. Хачатуряна, написанный композитором по мотивам сказки известного итальянского писателя Джанни Родари. Дети вспоминают, что сказочник обращался к «помидору» с уважением – «сеньор». И это не случайно, дополняет ответы детей воспитатель: итальянцы полюбили пиццу только тогда, когда в Европе стали выращивать помидоры. Именно помидоры сделали пиццу популярной во всем мире.

Воспитатель во время работы хвалит детей, помогает каждому по мере необходимости.

3. Презентационный этап.

Дети достают пиццу из духового шкафа, снимают с противня и выкладывают на блюдо, ставят блюдо на стол, разрезают пиццу на кусочки.

Воспитатель интересуется:

- Вам понравилось готовить пиццу?
- С какими трудностями вы столкнулись и как их преодолели?
- Захочется ли вам самим, вместе с мамой испечь пиццу?

Воспитатель предлагает детям попробовать пиццу которую только что испекли, а оставшийся, большой кусок упаковать в коробку и организовать службу доставки пиццы на дом, приклеив на коробку из бумаги слова «Пицца – в подарок».

Конспект занятия «Жаворонки прилетели»

Цель: научить детей выпекать жаворонков из теста.

Задачи:

Приобщать детей к культурным наследиям русского народа через заклички, приметы, изготовление и выпекание жаворонков. Закреплять умение передавать в лепке выразительность образа птицы, её характерные особенности.

Развивать творческое воображение, стойкий интерес к продуктивной деятельности.

Совершенствовать навыки работы с тестом, пользоваться различными способами лепки: скатывание, вытягивание, прищипывание. Формировать технические умение и навыки работы со скалкой, ножом (наносить рисунок на хвост и крылья). Побуждать к использованию дополнительного материала (изюм).

Развивать мелкую моторику пальцев рук и кистей.

Воспитывать эстетический вкус, умение видеть красоту природы, бережно относиться к птицам. Желание доводить начатое дело до логического завершения. Испытывать чувство удовлетворения от полученных знаний, радоваться результату. Воспитывать дружелюбие.

Предварительная работа:

1. Знакомство с устным народным творчеством: закличками, потешками, народными сказками, загадками, пословицами о весне. Беседы о приметах весны, перелетных птицах.
2. Разучивание с детьми русской народной игры «Журавушки».
3. Слушание музыки Чайковского «Подснежник» и «Жаворонки прилетели».
4. Рассматривание картин, иллюстраций о весне.
5. Закрепление правил техники безопасности при работе с электрооборудованием.
5. Подготовка оборудования и материалов к проведению КОП.

Ход НОД

2. Мотивационный этап

Воспитатель: После холодной, суровой зимы всегда приходит долгожданная весна. Воспитатель: Ребята, все правильно. А какая птица своим пением будит весну? (Ответы детей)

- Да верно, это птица жаворонок. (Включить запись пения жаворонка).

- В давние времена, чтобы поторопить весну русские хозяйки пекли фигурки птичек жаворонков из теста. Птички из теста должны были привести за собой весну, хорошую погоду и обильный урожай.

- Жаворонки приносят весну на своих крыльышках их. Давайте продолжим народную традицию и сделаем жаворонков из теста. Хотите, ребята, слепить жаворонков? (Ответы детей).

2. Деятельностный этап

- Приглашаю вас в экспресс-кафе.

Дети и воспитатель одеваются в спецодежду.

Закрепляют правила работы с электрооборудованием (по алгоритмам).

Готовят рабочее пространство и необходимые атрибуты (скалки, ножи, противень для выпекания).

Затем встают возле стола, за которым педагог одновременно с детьми изготавливают жаворонков по показу.

Алгоритм изготовления жаворонков

- *Отщепить кусочек теста от общей массы.*
- *Скатать шарик.*
- *Сделать колбаску, завязать узелком.*
- *Расплющить нижнюю часть колбаски.*
- *Второй конец колбаски приподнять и сформировать головку. Оттягиваем немножко теста и делаем клювик.*

- *Надрезаем хвост, делаем глазки.*

- *Выкладывают на противень. Второго жаворонка дети делают самостоятельно.*

Дети слушают весеннюю мелодию (Кейко Мацуи «Водяная лилия») и приговаривают:

Тили-тили, тили-тили

С юга птицы прилетели!

Прилетел к нам скворушка

Серенькое перышко.

Жаворонок, соловей.

Торопитесь: кто скорей?

Цапля, лебедь, утка, стриж

Аист, ласточка и чиж –

Все вернулись, прилетели

Песни звонкие запели!

- *Помещают противень в духовой шкаф.*

- *Включают духовой шкаф.*

Во время приготовления жаворонков в духовом шкафу ребята накрывают на стол: расставляют чашки, блюдца для угощения, разливают компот.

Воспитатель во время работы хвалит детей, помогает каждому ребенку по мере необходимости.

3. Презентационный этап

Дети достают жаворонков из духового шкафа, снимают с противня и выкладывают на тарелочку, ставят тарелочку на стол.

Воспитатель:

- Ребята, вам понравилось делать жаворонков? Как вы считаете, работать с тестом сложно? А интересно? Что должен уметь человек, чтобы работать с тестом (*Ответы детей*). Захотели ли вы дома вместе с мамой испечь жаворонков?

Ребята берут в руки готовых птичек, поднимают, и поют закличку:

Жаворонок дуда,

Прилети к нам сюда.

Нам зима то надоела,

Всю соломушку поела.

И сенцо и бренцо

Золотое кольцо.....

- Молодцы, не хотите, ребята попробовать, каких жаворонков вы напекли?

Дети угощаются жаворонками.

Конспект занятия «Ой, блины, блины...»

Цель: удовлетворять потребность детей быть самостоятельными.

Задачи:

- приобщать детей к культурным наследиям русского народа через заклички, стихи, загадки; знать и читать русские традиции;
- научить детей печь блины;
- продолжать знакомить с бытовой техникой;
- развивать творческое воображение, стойкий интерес к продуктивной деятельности;
- Воспитывать стремление добиваться результатов в труде, ответственно относиться к делу, испытывать чувство удовлетворения от полученных знаний, радоваться результату;
- воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.

Предварительная работа:

- Беседы на тему «Кухня и работа повара в детском саду»; «Как я помогаю дома маме».
- Дидактические игры: «Угадай профессию», «Найди предмет», «Кому что нужно», «Угадай на вкус», «Сравни по форме», «Угадай по описанию».

- Сюжетно- ролевые игры: «Блинная», «Семья», «Дочки матери», «У нас гости»

- Экскурсия на кухню детского сада. Наблюдение за трудом повара, приготавливающего блины на ужин.
- Наблюдение и посильная помощь родителям на кухне дома.

Домашнее задание для родителей: через сеть интернет дать детям информацию о том, как пекутся блины, из каких продуктов; найти картинки, фотографии, рисунки с изображением блинов; прочитать пословицы, поговорки, загадки, скороговорки, сказки, стихотворения, где упоминается блин.

Материалы и оборудование: сковорода, лопатка, венчик, миска, кисточка (для смазывания сковороды), схемы приготовления теста, фартуки и шапочки для детей.

Продукты: мука, молоко, сахар, соль, яйцо, растительное масло.

Ход НОД.

1. Мотивационный этап.

Воспитатель: Ребята, а почему мы все встречи, беседы начинаем со слова "здравствуйте"?

Дети: Говоря по обычаю "здравствуйте", мы желаем друг другу добра, благополучия, здоровья.

"Здравствуйте" означает "будьте здоровы", "живите долго".

Воспитатель: На этой неделе слово "здравствуйте" звучит по-особенному, как вы думаете, почему?

Дети: Потому что идёт масленичная неделя - самый радостный праздник, прощание с зимой. Все ходят в гости, в последний день жгут чучело Масленицы.

Воспитатель: Какой сегодня день недели? Что он означает?

Дети: Сегодня среда - лакомка, обязательно ходили в гости. Ели пироги, ватрушки. Объедались блинами с вареньем, со сметаной.

Стук в дверь, появляется Старичок-Лесовичок. Он чем-то огорчён.

Старичок-Лесовичок:

Масленица – кривошайка,

Встречаю тебя хорошенько.

Пирогами и блинами,

Расписными крендельками.

Старичок-Лесовичок: все встречают Масленицу, а я за неделю ешё ни одного блина не съел.

Ох, обидно.

Воспитатель:

Ну, что ты так вздыхаешь, Старичок-Лесовичок, ведь не последний день Масленицы.

Мы обязательно с детьми что-нибудь придумаем.

Ребята, а как вы думаете, почему на масленицу пекут блины, а не пироги или ватрушки?

(Ответы детей)

Потому что круглый, румяный и золотистый блин так похож на солнышко. А весны без солнышка не бывает.

А давайте сегодня с вами попробуем приготовить блины, а какие продукты нам понадобятся, попробуйте сами угадать.

Из меня пекут ватрушки,

И оладьи, и блины.
Если делаете тесто,
Положить меня должны (*мука*).
Маленькое, кругленькое, беленькое;
Разобьётся — никакой клей не склеит (*яйцо*).
Белое, да не снег,
Вкусное, да не мед.
От рогатого берут
И ребятам дают (*молоко*).
Отдельно — я не так вкусна,
Но в пище — каждому нужна (*соль*).
Бел как снег,
в чести у всех.
В рот попал-
там и пропал (*сахар*).

2. Деятельностный этап.

Педагог: приглашаю вас в экспресс-кафе.

- (*дети перечисляют продукты с показом технологической карты*)

Воспитатель: Ну вот, теперь у нас есть все для приготовления блинного теста.

Обязательно нужно печь блины не только с чистыми руками, но и с чистыми мыслями. Тогда они принесут обязательно пользу и тебе и тому, кого ты угощаешь.

➤ Дети и воспитатель моют руки и одевают фартуки. Дети вместе с воспитателем приготавливают тесто для блинов.

- 1 ребёнок выливает немного молока;
- 2,3,4,5 по очереди добавляют 4 яйца;
- 6,7 кладут и замешивают 2 толовые ложки сахара;
- 8 добавляет чайной ложки соли;
- 9 добавляет муку;
- 10 добавляет оставшееся молоко;
- 11 вливает растительное масло.

Воспитатель: опытные хозяйки знают, что перед тем, как начать выпекать блины, сковорода должна хорошо прогреться, а блинное тесто немного «отдохнуть».

И пока наше тесто отдыхает, мы с вами немного поиграем.

Пальчиковая игра «Печем блины»

Касаемся коленей. Делать двумя руками поочередно, если левая касается тыльной стороной, то правая – ладошкой.

Мама нам печет блины,
Очень вкусные они.
Встали мы сегодня рано
(потягиваемся)
И едим их со сметаной.
(подносим сложенные «щепотью» пальцы ко рту, имитируя еду)
(повторить игру несколько раз)

Педагог: ну вот, тесто наше постояло, сковорода нагрелась, можно и блинчики испечь.

Воспитатель показывает детям, как пекут блины на сковороде, одновременно напоминает технику безопасности при работе с электроприборами.

Во время приготовления воспитатель рассказывает об одном из любимейших праздников русского народа, который олицетворяет пробуждение природы от зимней спячки и начало весенних работ в поле.

В народе Масленицу называют честной, широкой, весёлой. К её первому дню устраивали большие гулянья, строились снежные горки, качели, накрывали столы.

Этот праздник к нам идет
Раннею весною,
Сколько радостей несет

Он всегда с собою!
Ледяные горы ждут,
И снежок сверкает,
Санки с горок вниз бегут,
Смех не умолкает.

Дома аромат блинов
Праздничный чудесный,
На блины друзей зовем,
Будем есть их вместе.

3. Презентационный этап.

Педагог: я хочу вас похвалить. Блины у вас получились очень вкусными, думаю потому, что вы были дружны, терпеливы и делали все с желанием.

Дети накрывают стол, ставят блины, воспитатель подает чай. Ребята приглашают Старишку-Лесовичка попробовать блины, которые они испекли сами.

Дети подходят к столу показывают блины, исполняют частушки:

Ой, блиночки хороши!
Напекли мы от души!
Вы, друзья, за стол садитесь
И блинками угоститесь!!!
«Не блины, а наслажденье!»
Говорим своим друзьям
«Вы попробуйте с вареньем!»
Угощайтесь с настроением!
Масленица, угощай!
Всем блиночков подавай.
С пылу, с жару - разбирайте!
Похвалить не забывайте.

Педагог: Ребята, вам понравилось печь блины? Как вы считаете, работать с тестом сложно? А вам интересно было? Что должен уметь человек, чтобы работать с тестом (ответы детей). Дома вместе с мамой или с бабушкой попробуйте испечь блины.

Приятного все аппетита!!!

Конспект занятия «Печенье «Улыбка»

Цель: Создание условий для развития познавательной активности детей в процессе организации продуктивной деятельности

Задачи:

- создать условия для развития творческих способностей;
- обеспечить условия для побуждения детей к речевой активности;
- создать условия для выражения детьми своего мнения;
- способствовать развитию мелкой моторики;
- способствовать развитию навыков взаимодействия.

Материалы: готовое тесто, формочки для вырезания печенья, деревянные скалки, и украшения для печенья (кунжут, кокосовая стружка, сахар, мак), одежда для деятельности.

Продукты для теста: яйцо, мука, сода, масло сливочное, сахар, соль.

Ход НОД:

На столе лежит тесто в тазу, прикрыто полотенцем.

Входят дети.

Воспитатель: Ребята, давайте поприветствуем друг друга.

Собирайтесь, дети в круг,
Я твой друг и ты мой друг,
Вместе за руки возьмемся,
И друг другу улыбнитесь.

Сейчас я замесила тесто – хочу испечь печенье-угощенье, но мне нужны еще помощники. Может быть, вы мне поможете слепить печенье-угощенье? (Поможем)

Воспитатель: Ребята, а вы когда-нибудь делали печенье? Ответы детей.

Воспитатель: Ребята, а вы знаете какие продукты нужны, чтобы замесить тесто для печенья?
(На столе стоят продукты: мука, яйцо, сода, сахар, соль, сливочное масло). Рядом висят фартуки и колпаки.

Ответы детей.

Воспитатель: Как вы думаете, сколько печенья нужно настрыпать? (Ответы детей)

Дети надевают фартуки и колпаки и идут мыть руки. Затем выбирают скалки, формочки для теста. Присаживаются на стулья к столам.

Воспитатель: Что бы пальчики наши хорошо работали нам нужно с вами хорошо их размять.

Воспитатель проводит пальчиковую игру «Дружные пальчики»

Муку в тесто замесили.

А из теста мы слепили:

Пирожки и плюшки, сдобные ватрушки.

Булочки и калачи

Все мы испечем в печи. Очень вкусно!

Деятельностный этап:

На столах возле каждого ребенка стоят розетки с мукою, сахаром, кунжутом, кокосовой стружкой; так же формочки для вырезания печенья, скалки. Во время работы воспитатель проводит с детьми беседу:

- Прежде чем сделать печенье ,что нужно сделать с тестом?

- Верно, раскатать.

Воспитатель предлагает выбрать формочки для нарезки печенья.

- Какие формочки ты бы выбрал?

- Тесто какое? А что можно еще пострыпать из теста?

- Что у тебя получилось? (У детей получается печенье разнообразной формы).

Воспитатель подсказывает детям для чего нужны кунжут и кокосовая стружка, сахар. Предлагает украсить свои изделия перед тем как положат на противень.

- Молодцы! Вы потрудились на славу. Печенье получилось красивое и наверно будет вкусное. Чтобы испечь печенье его нужно поставить (ответы детей) в духовой шкаф. Когда испечется вы попьете чай с печеньем.

- Ребята, а что мы с вами еще забыли?

- Верно нужно убрать свое рабочее место.

Презентационный этап:

Воспитатель: Ребята, вы научились делать печенье. А как вы думаете можно такое печенье испечь на праздник? (Ответы детей)

Какой праздник будет совсем скоро? (Ответы детей)

Вы все мамины помощники, можете вместе пострыпать и угостить своих мам и пап вкусным печеньем.

Воспитатель: Ребята, а что вам больше всего понравилось? Что вы узнали нового, интересного? (Ответы детей)

Конспект занятия «Торт из печенья «Рыбки»

Цель: формировать у детей знания о правилах приготовления торта без выпечки, познакомить с процессом его приготовления.

Задачи:

1.Формировать умение готовить торт без выпекания (смешивать ингредиенты, украшать торт).

2.Развивать мелкую моторику рук, зрительное и слуховое внимание.

3.Воспитывать стремление добиваться результатов в труде, ответственно относиться к делу.

4.Доставить радость от необычной деятельности, укреплять проявление добрых чувств и отношений.

5.Приобщать ребёнка к миру взрослых, их деятельности.

Методы и приемы:

Практические:

- Приготовление «Торта из печенья «Рыбки»

Наглядные:

- Схемы для приготовления торта.

Словесные:

- беседа, вопросы к детям.
- рефлексия.

Материалы и оборудование: клеенка, миска, ложки, ножи, форма для торта, продукты для теста по рецепту, схема приготовления теста, фартуки и шапочки для детей, разделочные доски, бумажные салфетки, тарелочки.

Ингредиенты по рецепту:

- несоленый крекер в размере 400 грамм, выбирать можно любой тип крекеров, необязательно чтобы он был в форме рыбок;
- сметана 650 грамм;
- сахар 1 стакан;
- банан 2 штуки;
- шоколадная стружка 30 грамм.

Предварительная работа:

- Беседы на тему «Кухня и работа повара в детском саду», «Как я помогаю дома маме».
- Дидактические игры: «Угадай профессию», «Найди предмет», «Кому что нужно», «Угадай на вкус», «Сравни по форме», «Угадай по описанию», «Придумай узор для торта», «Придумай форму торта».
- Сюжетно - ролевые игры: «Кондитерский магазин», «Семья», «Дочки матери», «У нас гости».
- Рисование на темы: «Торт ко дню рождения», «Все работы хороши».

Формы организации совместной деятельности

Детская деятельность	Формы и методы организации совместной деятельности
Игровая	Самостоятельная деятельность детей, угощение гостей тортиком.
Познавательно-исследовательская	Приготовление «Торта из печенья «Рыбки»
Коммуникативная	Работа с иллюстрациями и схемами, ситуативные разговоры, вопросы.

Ход НОД:

Организационный момент:

Введение в проблему: «Кто такой кондитер?»

В: (загадывает загадку)

Он в сладком цехе день трудился,

Итог десертный получился –

Эклеры, кекс, «Наполеон».

Теперь подумай, кто же он?

В: Кто такой кондитер? (высказывания детей).

Дети становятся в круг, слушают загадку, разгадывают.

- тот, кто делает конфетки, пирожки, пирожные и другие сладости.

- это человек, который готовит всякие пирожные, и тортики.

В: - Ребята, сегодня у нас есть возможность овладеть навыками и умениями быть кондитером. И вы должны отгадать загадку, что мы будем готовить.

На торжестве, он самый главный

Его всегда к десерту подают

В нем много крема, очень сладкий,

Разрежут и гостям всем раздают.

-Молодцы! Ответ верный. Я предлагаю вам одеть шапочки, фартуки, помыть руки.

Дети одеваются спец. одежду, помогают друг другу завязать фартук.

В: На первом этапе взбиваем сметану вместе с сахаром. Таким образом, должна получиться однородная масса. Некоторые хозяйки добавляют также ванилин для придания запаха, но это необязательно.

1. Крекеры перемещаем в большую и глубокую тару, чтобы удобно было мешать. Далее все заливаем взбитой сметаной с сахаром.

2. Очищаем бананы и режим их кружочками.

3. За минут пять крекеры размякнут в сметание и впитают ее.

4. В дальнейшем нам понадобится дополнительная глубокая миска. Вовнутрь нужно будет постелить пергамент или полиэтилен, чтобы масса не прилипала к стенкам.

5. Далее во вторую миску пересыпаем половину крекеров. Приминаем их немного, чтобы была ровная поверхность, и выкладываем бананы. Высыпаем поверх бананов оставшиеся крекеры и дополнительно все придавливаем. Делать все нужно аккуратно.

6. Затем берем плоский противень или дощечку и переворачиваем нашу миску. Снимаем с торта пергамент или полиэтилен и наш продукт готов. Это будет отличный десерт к вашему чаепитию.

7. Сверху его можно посыпать шоколадной стружкой, кусочками мармелада или любыми другими вкусными украшениями.

Дети слушают воспитателя, готовят торт по схеме.

Договариваются, кто какие ингредиенты добавляет и размешивает.

Дети советуются, как украсить торт.

В: Наш тортик готов, можно садиться за стол и угощаться чаем с тортиком!

Дети садятся за стол и угощаются тортом.

В: Ребята вам понравилось быть кондитерами? Что понравилось больше?

В: Вы молодцы! Мне очень понравилось с вами работать.

Дети рассказывают, что им именно понравилось. Каждый высказывает свое мнение

Кухня народов Поволжья

Среднее Поволжье - многонациональный район России. Здесь живут представители трех крупных языковых групп: славянской (русские, украинцы), финно-угорской (марийцы, удмурты, мордва), тюркской (татары, чуваши, башкиры). У народов Поволжья богатая и разнообразная кухня. Несмотря на то, что она не отличается особой сложностью приготовления, ее технология и состав изготавливаемых блюд имеют определенную специфику, отличающую ее от национальной кухни других народов.

В питании русских людей большую роль играют пироги, пирожки, кулебяки, расстегаи, блины, оладьи. Многие из этих изделий издавна стали традиционными для праздничных столов: курники - на свадьбах; пироги, блины - на масленицу; „жаворонки" из теста - в весенние праздники.

Не менее характерны для русской кухни блюда из круп: различные каши, запеканки, крупеники. Широко используются капуста, огурцы. Они входят в состав многих блюд - рассольников, винегретов. Из овощных культур нельзя не назвать картофель.

Одной из особенностей русской кухни является широкий ассортимент продуктов, используемых для приготовления блюд. Но не только разнообразие продуктов определяет специфичность национальной русской кухни, большое значение имеют и способы их обработки. Во многом своеобразие народных блюд обусловливалось особенностями русской печи. Это определило обилие вареных, тушеных, запеченных блюд. Каши, сваренные в русской печи, имеют особый вкус. Поэтому многие блюда и в настоящее время следует готовить не в наплитной посуде, а в жарочных шкафах или в духовках. кухня чувашский блюдо рацион питания

Все финно-угорские народы - древние земледельцы. Поэтому основу питания составляли зерновые. Преобладающими являлись ржаная, гороховая, гречневая, ячменная, овсяная мука и крупы. У удмуртов, например, широко бытовали лепешки (табань) из овсяной муки, блинчики с кашей (жуко мильым), шаньги из кислого и пресного теста с картофелем или кашей, пресные ватрушки с различной начинкой (перепеч). Для праздничного стола готовили рыбный пирог и большую лепешку из сдобного теста (юача). Своим разнообразием и насыщенным ассортиментом крупяных и мучных блюд удмуртская кухня воспитывает уважение к хлебу, к крестьянскому труду.

Существенной чертой марийской национальной кухни является приготовление значительного количества блюд из муки и крупы овсяной, гречневой, перловой, гороховой. Наиболее распространенные блюда марийцев - это суп с клецками из ржаного или овсяного теста (лашка), блины (мелна) - по искусству их приготовления оценивалась невеста в умении вести домашнее хозяйство, - подкогыльо, уяча, круглые пироги.

Чувашская национальная кухня главное место отводила блюдам из ржаной муки, кислому хлебу и многочисленным печениям, начиная от подовых лепешек и кончая традиционными пирогами с мясной или рыбной начинкой.

Изготовлению хлеба в народе всегда уделяли много внимания, поэтому каждая чувашка стремилась с раннего возраста научить свою дочь этому мастерству. Женщина, не умевшая печь хлеб, считалась плохой хозяйкой.

Чтобы повысить качество хлеба, его замешивали не на воде, а на пахтанье из-под масла (уйран). Из кислого теста изготавливали лепешки, а из пресного - пашалу.

Из праздничных кушаний довольно распространенными были пуремеч - тип ватрушки с различными начинками. Оригинальным чувашским печеньем являлось хуплу. Это древнее кушанье. В некоторых местах хуплу было главным угощением" на празднике молодежи накануне нового года.

Основу татарской традиционной кухни составляли супы, заправленные кусочками теста разнообразной формы (токмач, салма, чумар), а также хлеб (икмэк). Из теста пекли лепешки (кабартама), блины (коймак), перемячи, близкие по форме к русской ватрушке, шарики - баурсак и юача, служившие в прошлом в качестве лакомства, подаваемого к чаю. Весьма оригинальным и достаточно широко распространенным лакомством почти у всех татар являлся чакчак. Пекли также лэвэш в форме тонкого пирога с начинкой из слоя пастылы.

Питание башкир в прошлом состояло в основном из молочных продуктов и мяса, хлеб же употреблялся в пищу не повседневно. Но с изменением хозяйственного быта башкир происходят изменения и в характере пищи. Из крупы и муки, обычно в смеси с молочными продуктами, башкиры приготавливали ойрэ - похлебку, заправленную сыром, йыуаса - мелко нарезанные кусочки

раскатанного пресного теста, проваренные в кипящем масле, бараньем или конском жире, коймак - блины. Праздничным и свадебным кушаньем считалось сэк-сэк.

Мордва употребляла в пищу хлеб с глубокой древности. Наиболее древним видом выпечки были различной формы небольшие лепешки из пресного теста, чаще всего сдобные. Разнообразны изделия из кислого теста с начинкой и без начинки. Значительное место в питании народов Поволжья занимали продукты животного происхождения. Наиболее распространенными видами мяса были говядина и баранина. Однако следует заметить, что в прошлом продукты животноводства употреблялись в основном в большие праздники, а в древние времена - во время языческих жертвоприношений. Мясо, как правило, поедалось в свежем виде, из говядины иногда делали солонину. Свиное мясо заготовляли в соленом или вяленом виде.

У башкир и татар ведущее место в пище занимала конина. Самым распространенным мясным кушаньем основной массы башкир был баламак - жидкий, заправленный мукой отвар мяса с накроенным в него сыром. Одно из древнейших блюд - бешбармак, оно являлось традиционным при приеме гостей. Наиболее лакомым блюдом считаются казы - конские колбасы. Праздничным мясным кушаньем татар являлась куллама, приготовляемая чаще из жирной жеребятиной.

Ведущую роль в питании занимали молочные продукты. На молоке приготавливали каши, супы, месили тесто. Молочный суп с клецками из пресного теста являлся первым угощением у мариццев. Кислое молоко было одним из традиционных блюд у мордвы. Татары и башкиры из молока приготавливали катык, эйрэн, его обычно брали с собой на полевые работы. Финно-угорские народы издавна приготавливали сыры, творог.

Обилие лесов, рек, лугов на территории размещения народов Поволжья помогли создать различные блюда из даров леса и рек, богатые витаминами и минеральными веществами (холодные блюда, напитки, квасы из клюквы, рябины, калины, блюда из рыбы и грибов). Рыбные блюда и пироги с рыбой были традиционными кушаньями финно-угров. Значительное место в пищевом рационе, особенно в приготовлении праздничных и ритуальных блюд, имел мед. Пчеловодство являлось древнейшим занятием всех финно-угорских народов. Мед ели с хлебом, ставили на праздничный и обрядовый стол, добавляли в начинку для пирогов. Из меда приготавливали различные напитки, настаивали ягоды на меду.

Издавна народы Поволжья употребляли овощи, в частности свеклу, тыкву, морковь, капусту, огурцы, горох.

Наряду с традиционными продуктами значительное место в пище финно-угорских народов занимает картофель, который появляется на крестьянских огородах в середине XIX века. Многие исследователи отмечали наличие в кухне народов Поволжья супов с добавлением картофеля, жаренного в молоке и сметане, тушенного с мясом, ливером, пирогов с картофельной начинкой.

Таблица 1. Тест «Юные кулинары»



Кот Леопольд хочет подружиться с Мышатами и пригласить их на День рождения.
Помогите Коту Леопольду приготовить праздничный обед, ответив на вопросы теста.

№	Вопрос	Вариант ответа
1	Укажите, где изображена спецодежда повара	А)  Б)  В)  Г) 
2	Помогите Коту Леопольду найти «шумовку»	А)  Б)  В) 
3	Способ нарезки овощей, взятый из математики	А) Кубик Б) Овал В) Квадратик Г) Соломка

4	<p>Отгадайте загадку: Чай придумали китайцы, Грызть морковь – лесные зайцы. А Италия гордиться тем, что там возникла ...</p>	<p>A) </p> <p>Б) </p> <p>В) </p> <p>Г) </p>
5	<p>Какое угощение может приготовить Кот Леопольд из этих продуктов:</p>  <p>печенье сгущенное молоко сливочное масло греческие орехи какао</p>	<p>А) Салат «Шоколадный»</p> <p>Б) Суп «Сладкоежка»</p> <p>В) Пирожное «Картошка»</p> <p>Г) Каша «Ореховая»</p>
6	<p>Зачеркните, что не так на картинке.</p>	

Таблица 2. Подготовка (тесты) юных кулинаров (сводная)

№ п/п	Ф.И.О.	Вопрос 1		Вопрос 2		Вопрос 3		Вопрос 4		Вопрос 5		Вопрос 6	
		нач. г.	кон. г.										
1													
2													
3													

3. Список литературы

1. Ахметзянов, Ю.А. Татарские блюда / Ю.А. Ахметзянов/. Казань, 3-е изд., 2016, 131 с.
2. Додонов, Н.Л. 300 чувашских блюд /Н.Л. Додонов/ Чебоксары, 2014, 146 с.
3. Дыбина, О.В. Приобщение к миру взрослых. Игры-занятия по кулинарии для детей / О.В. Дыбина /. — М: — Просвещение, 2017, 128 с.
4. Ершов, С.Г. Марийские национальные блюда / С.Г. Ершов/ Йошкар-Ола.- 2013,164 с.
5. Зотова, А.В. Мордовская кухня / А.В. Зотова/ Саранск.- 2014, 104 с.
6. Ковалев, Н.И. Русская кулинария / Н.И. Ковалев/. – М: Просвещение. – 2012, 155 с.
7. Саковкин, Г. И. Удмуртская кухня / Г.И. Саковкин/. Удмуртия . — Ижевск , 154 с.
8. Сафин, Н.М. Башкирские блюда/ Н.М. Сафин / .-4-е изд. — Башкирское книжное издательство. – 2013, Уфа, 112 с.
9. Трухина, М.В. Я люблю готовить. Кулинарные рецепты для мальчиков и девочек /М.В. Трухина/.- М: Отчий дом.- 2016, 88с.