



# **Презентация на тему: Соблюдение технологического процесса приготовления пищи — как важнейший фактор поддержания здорового образа жизни**

Подготовил студент группы 4-7Т:

Ионов Валерий  
Научный руководитель

Козловская Л.В.

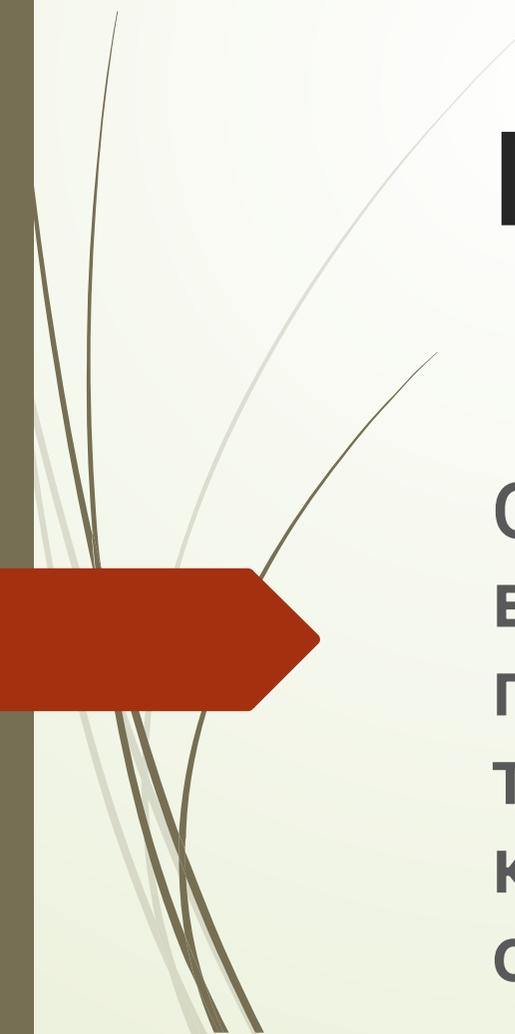


# Важнейшей составляющей здорового образа жизни является рациональное питание

- ❑ Рациональное питание обеспечивает правильный рост и формирование организма, способствует сохранению здоровья, высокой работоспособности и продлению жизни.
- ❑ Рациональное питание рассматривается как один из важнейших критериев здорового образа жизни. Оно обеспечивает человека энергией и веществами, из которых строится организм, и которые регулируют обменные процессы. Если человек питается неправильно, нерационально, его организм начинает давать сбои, а некоторые заболевания могут даже привести к смертельному исходу.

# Законы организации рационального ПИТАНИЯ

- ⊠ Первый закон — равновесие получаемой и расходуемой энергии. Если организм получает энергии больше, чем расходует, т.е. мы съедаем пищи больше, чем это необходимо, мы полнеем. Избыточный вес приводит к развитию атеросклероза, ишемической болезни сердца, сахарного диабета и многим другим недугам.
- ⊠ Второй закон — соответствие химического состава пищевого рациона физиологическим потребностям организма. Питание должно быть разнообразным и обеспечивать потребности организма в белках, жирах, углеводах, витаминах, минеральных веществах, пищевых волокнах.
- ⊠ Третий закон — построение и строгое соблюдение технологического процесса на всех этапах приготовления пищи.



# Порядок разморозки

Одним из важнейших элементов, от которого в конечном итоге зависит качество приготовленного блюда является технологический процесс разделки мяса который должен состоять из следующих операций:

# приемка сырья;

подготовка сырья, которая в свою очередь должна включать:

*размораживание;*

*обмывание;*

*обсушивание;*

*зачистку Мяса.*

На предприятия  
общественного питания мясо  
животных поступает в:  
остывшем, охлаждённом или  
замороженном виде.



# Приемка сырья

Поступившие на предприятие мясо и мясопродукты необходимо принимать по количеству, с обязательной оценкой качества в соответствии с заявкой. Очень часто в столовые поступает пересортица, которую порой очень трудно определить.

# Подготовка сырья

Подготовка сырья включает следующие операции: размораживание (при поступлении мороженого мяса); зачистку поверхности туш, полутуш, четвертин от клейм и загрязнений, кровоподтеков и других негативных явлений; обмывание водой; обсушивание.

# **В чем состоит суть и необходимость процесса размораживания.**

Размораживание мяса производится с целью повышения температуры в толще мышечной ткани (-1С до - 1,5 °С), что обеспечивает возможность и упрощает дальнейшую переработки мяса.



**Вид перед разморозкой**

**Вид после разморозки**

# ОТ СВОЙСТВ МЯСА ДО ЗАМОРАЖИВАНИЯ;



# от скорости и способа каким было заморожено мясо;

Мясо и мясопродукты замораживают в холодильных устройствах, в воздухе, в растворах солей или некоторых органических соединений, в кипящих хладагентах, при контакте с охлаждаемыми металлическими пластинами. Самый старый способ охлаждения — с помощью тающего или сухого льда.

**от температуры и  
продолжительности хранения  
мяса в замороженном  
состоянии;**



от условий размораживания.





Мясо считается  
размороженным, если  
температура мышечной  
ткани находится в пределах  
от - 1,5 до - 1,0 °С.

# важен процесс обмывания.

Перед обвалкой поверхность мяса тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови и промывают проточной водой. Обмывание производится с целью снижения микробиологической обсемененности мяса.





# **После того как мясо обмыто обязательно провести его обсушивание.**

Обсушивание поверхности обмытого мяса производится с помощью циркулирующего воздуха с температурой 1...6 °С. Для ускорения процесса можно использовать вентиляционную систему.





# Зачистка

Процесс зачистки состоит в срезании закраин, придания полуфабрикату определенной формы и удаления в некоторых случаях поверхностной пленки.



# Санитарные условия

Санитарные условия, при которых производится обвалка и жиловка, должны быть безукоризненными. Температура в цехе должна быть не выше 10... 12 °С, а относительная влажность цеха – 75...80 %.