Гигиена питания. Оценка правильности и сроков хранения пищевых

продуктов по упаковке.

Форма проведения: лекция, практикум.

Методические рекомендации: после изложения теоретического материала

учащимся предлагается выполнить практическую работу, которая закре-

пит навыки учащихся по гигиене питания.

Цель работы: научиться оценивать правильность и сроки хранения продук-

тов питания по информации на упаковке.

Оборудование: упаковки от молочно – кислых продуктов, чипсов, конди-

терских изделий, соков, газированных напитков и др.

Ход работы.

1. Рассмотрите внимательно содержание текста на упаковке от продук-

тов.

2. Найдите дату изготовления.

3. Найдите на упаковке информацию о сроке годности продукта.

4. Найдите информацию об условиях хранения продукта.

5. Заполните таблицу

Наименование продукта

Дата изготовления

До какого срока годен продукт.

Условия хранения

6. Сделайте вывод о пригодности к употреблению выданных вам про-

дуктов, на основе полученной информации на упаковке.

7. Выясните, когда продукт был упакован.

8. Согласны ли вы с высказыванием Стедана Киселевского: «Благода-

ря холодильнику мы теперь можем есть несвежие продукты»?

Приложение 1

Хранение продуктов

Все продукты можно условно разделить на две большие группы. Какие?

Нескоропортящиеся продукты (с длительным сроком хранения):

*Мука и сухие изделия из муки*

*Сахар, соль, чай*

*Засушенные овощи и фрукты*

*Пряности, специи, уксус*

*Консервы баночные*

Скоропортящиеся продукты:

*Молочные продукты*

*Колбасные, мясные изделия*

*Полуфабрикаты*

*Кондитерские изделия с кремами*

*Сладкие сыры сливочные*

Сохранение вкусовых и питательных качеств у нескоропортящихся продуктов определяется правильными условиями хранения.

Сухие продукты — муку, крупу, вермишель, макароны, соль, сахар, перец лучше всего хранить в стеклянных, фарфоровых, деревянных или пластмассовых прозрачных банках с крышками в сухих помещениях.

Овощи следует хранить в сетчатых мешках, деревянных ящиках, коробках в прохладном помещении.

Продукты, которые быстро портятся, нужно хранить в холодильнике.

Мясо, рыба, молоко и другая еда без холода быстро портится.

- Как раньше люди хранили эти продукты без холодильника?

Мясо, рыбу хранили в ледниках. Ледник - это деревянный шкаф со льдом. Лёд нарезали крупными кусками, чтобы он подольше не таял, и обкладывали им продукты. Кроме того раньше продукты хранили в погребах, подвалах. Их копали глубокими, чтобы овощи и фрукты дольше сохранялись. В настоящее время, как правило, жители сельской местности продолжают активно использовать подвалы и погреба для хранения продуктов.

Устройство холодильника.

Холодильник – это электроприбор, предназначенный для охлаждения, замораживания и хранения скоропортящихся продуктов.

Холодильник представляет собой большой белый шкаф с одной или несколькими дверцами. Внутри можно увидеть ряды полок, где лежат продукты.

Мясо, рыбу, пельмени обычно хранят в морозильной камере, которая находится вверху. Там настоящий мороз.

А вот молоку, сметане, маслу, супу не нужна такая температура, этим продуктам достаточно лёгкой прохлады, поэтому их хранят в других отделениях - ниже морозильной камеры.

Многие готовые блюда (первые, вторые блюда из мяса, птицы, рыбы, тушеные овощи, салаты, кондитерские изделия) относятся к скоропортящимся продуктам. Поэтому готовые блюда после остывания держат на нижней или средней полке холодильника при температуре 4—6° тепла. Через 4—6 часов хранения этих блюд при комнатной температуре употреблять их в пищу опасно. Следует помнить, что готовые блюда можно хранить в холодильнике не более 72 час. Если блюда приготовлены впрок, перед подачей на стол кипятят или разогревают на сковородке, в кастрюле только ту часть, которая нужна для еды. Заготавливать блюда впрок в большом количестве нельзя.

«Хранение продуктов в холодильнике»

Правила эксплуатации холодильника

Нельзя:

1. Оставлять холодильник открытым, иначе он испортится.
2. Включать и выключать холодильник мокрыми руками.
3. Трогать внутреннюю сторону холодильника острыми предметами: вы можете повредить механизм образования холода.
4. Ставить в холодильник горячие блюда.

Работа со схемой «Не храните в холодильнике»

*Помни!:*

* Хранение продуктов.

- Готовые продукты храни в холодильнике.

- Замороженные продукты храни в морозильной камере.

- Все продукты должны быть плотно закрытыми.

- Не забывай о сроках хранения продуктов. Нельзя употреблять в пищу просроченные продукты.

* Если нет холодильника:

- Покупай продукты с длительным сроком хранения

- Готовые продукты в холодное время года можно хранить на балконе

- Летом покупай продукты и готовь еды столько, сколько можешь съесть в течение дня.

Помни! Хранить продукты в тепле без холодильника опасно для жизни!

*(Записи в тетради)*

Срок годности - это время, в течение которого продукты безопасны для употребления в пищу.

Срок годности состоит включительно из хранения на складе изготовителя, времени транспортирования, времени хранения в магазинах и после закупки.

Срок годности может быть указан следующим образом: «Годен ...(часов, суток, месяцев или лет)», «Использовать ...(употребить) до ...(дата)».

1. **Практическая работа «Определение срока годности продуктов»**

Цель: учить обучающихся получать информацию с этикетки продукта, определять срок годности.

- У вас на столе лежат продукты, выбираем себе их и начинаем с ними работать. Находим на этикетке, где указан срок годности. Читаем, выясняем, не просрочен ли товар, смотрим о правилах хранения данного продукта, заполняем таблицу.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Название продукта | Дата изготовления | Срок годности | Условия хранения | Вывод |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

1. **Закрепление нового материала**

Цель: закрепить в памяти обучающихся полученные знания.

*Беседа:*

- С чем познакомились на уроке?

– Что нового для себя сегодня узнали?

- Расскажите, где можно хранить продукты.

- Почему нельзя долго хранить продукты в тепле?

- Как хранят готовые блюда?

- Как нужно хранить крупу, муку?

Задание: Рассмотри рисунки. Подумай, где можно хранить перечисленные продукты? Расставь стрелки.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| MCj04352250000[1] | MCj03505750000[1] | MCj02159450000[1] | MCj04125000000[1] | MPj04384420000[1] | MCj03488690000[1] | MPj04386410000[1] |
| Мясо | Мука | Крупа | Рыба | Овощи | Консервы | Фрукты |
|  | | | | | | |
| MCj02158950000[1] |  | MCj02900870000[1] |  | MCj02900680000[1] |  | MPj03138980000[1] |
| Холодильник |  | Мешочки |  | Банки |  | Погреб, подвал |
|  |  |  |  |  |  |  |

1. Ситуация: Холодильник не размораживали более месяца; наледь в морозильной камере 4-5см, не дает дверце камеры плотно закрываться.

Каковы ваши действия? К чему это приводит?

* уменьшается срок годности продуктов.
* меньше продуктов войдет в морозильную камеру.
* вероятность поломки холодильника.

2. Ситуация. Как сохранить летом продукты?

**6.** **Подведение итогов урока**

Анализ работы на уроке, оценивание.