

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ БУРЯТИЯ
IX РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЧЕМПИОНАТ «АБИЛИМПИКС»
В РЕСПУБЛИКЕ БУРЯТИЯ

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель РЦРД «Абилимпикс»
в Республике Бурятия
Е.Д. Цыренов
«12» февраля 2026 г.



КОНКУРСНОЕ ЗАДАНИЕ

ПО КОМПЕТЕНЦИИ

ПОВАР-СУШИСТ

Категория участников: студенты

Разработал(а)
Главный эксперт регионального чемпионата
Бышенко Марина Витальевна

г. Улан-Удэ
2026

1. Описание компетенции

1.1. Актуальность компетенции.

Повар — это специалист, чья профессиональная деятельность направлена на приготовление разнообразных блюд и напитков. Высококвалифицированного повара зачастую называют кулинарным волшебником, ведь он способен превратить простые, доступные продукты в настоящий шедевр, приносящий людям радость, удовольствие и эстетическое наслаждение. Умение быстро и вкусно приготовить блюдо доступно многим, однако повара выходят за рамки обыденного. Они не просто следуют рецептурам, соблюдая пропорции и технологии — они творят, вкладывая в каждое блюдо интуицию, художественный вкус и научные знания.

Современный повар обладает глубокими познаниями в области физиологии питания, кулинарной химии, эстетики подачи и цветовых сочетаний. Эти компетенции позволяют ему не только готовить, но и создавать уникальные гастрономические впечатления. Именно такой подход превращает еду из средства утоления голода в произведение искусства.

На сегодняшний день профессия повара остаётся одной из самых востребованных и актуальных в мире. Постоянный спрос на качественное питание обеспечивает стабильную занятость и широкие возможности для карьерного роста. Главная цель повара — не просто накормить, а передать определённое настроение, эмоции и воспоминания через вкус, аромат и визуальную подачу блюда. Ключевыми профессиональными качествами являются тонкое обоняние и высокоразвитое вкусовое восприятие, которые позволяют чувствовать нюансы и сочетания ингредиентов на уровне, недоступном большинству.

Профессия повара относится к сфере услуг, и её представители работают в самых разных учреждениях: от школьных и корпоративных столовых до ресторанов высокой кухни, баров, отелей и торгово-развлекательных комплексов. С каждым годом количество заведений общественного питания растёт, особенно в сегменте фаст-фуда, пиццерий и концептуальных кафе, что требует постоянного присутствия квалифицированных поваров.

Карьерный путь в этой профессии начинается с должности помощника повара. Постепенно, накапливая опыт и мастерство, специалист становится поваром-технологом, шеф-поваром или даже кулинарным директором. Возможности для роста и самореализации практически безграничны — от локального кафе до международных гастрономических проектов.

Особое преимущество профессии — её устойчивый спрос. Поскольку питание является неотъемлемой частью жизни каждого человека, потребность в профессиональных поварах будет существовать всегда. Это открывает широкие перспективы как для начинающих, так и для опытных кулинаров. Высококвалифицированные специалисты с удовольствием принимаются на работу в престижные рестораны, участвуют в международных конкурсах и шоу, а также могут развиваться в смежных направлениях — кулинарное образование, фуд-блогинг, разработка продуктов и кейтеринг.

Таким образом, профессия повара — это не просто приготовление еды. Это сочетание науки, искусства и страсти, путь постоянного развития, самовыражения и признания. В современных условиях она остаётся не только востребованной, но и по-настоящему творческой, открывая перед специалистом двери в мир гастрономических возможностей.

1.2. Профессии, по которым участники смогут трудоустроиться после получения данной компетенции:

После освоения данной компетенции согласно ГОСТ Р 57958-2017 Условия труда инвалидов, участники могут трудоустроиться по профессии - повар, кондитер.

К потенциальным работодателям участников данной компетенции относятся государственные учреждения, частные организации малого, среднего и крупного предпринимательства: от Региональный чемпионат «Абилимпикс» 2026

холдингов до индивидуальных предпринимателей. Участники так же могут быть самостоятельными индивидуальными предпринимателями или входить категорию самозанятого населения.

Повара нужны в ресторанах, кафе, пиццериях, барах, стейк-хаусах, пабах, якиториях, кондитерских, пекарнях, столовых и буфетах.

1.3. Ссылка на образовательный и/или профессиональный стандарт (конкретные стандарты):

Школьники	Студенты	Специалисты
Федеральный государственный образовательный стандарт (далее – ФГОС)		
<p>Федеральный государственный образовательный стандарт (далее ФГОС) среднего профессионального образования по профессии 43.01.09 Повар, кондитер, утвержденный, приказом Министерства образования и науки РФ от 9 декабря 2016 г. N1569 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 43.01.09 «Повар, кондитер" (ТОП-50).</p>	<p>Федеральный государственный образовательный стандарт (далее ФГОС) среднего профессионального образования по профессии 43.01.09 ПОВАР, КОНДИТЕР, утвержденный, приказом Министерства образования и науки РФ от 9 декабря 2016 г. N1569 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 43.01.09 «Повар, кондитер" (ТОП-50).</p>	<p>Федеральный государственный образовательный стандарт (далее ФГОС) среднего профессионального образования по профессии 43.01.09 ПОВАР, КОНДИТЕР, утвержденный, приказом Министерства образования и науки РФ от 9 декабря 2016 г. N1569 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 43.01.09 «Повар, кондитер" (ТОП-50).</p>
	<p>Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 43.02.15 Поварское и кондитерское дело, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 9 декабря 2016 г. N 1565 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального</p>	

	образования по специальности 43.02.15 «Поварское и кондитерское дело» (ТОП-50).	
	Федеральный государственный образовательный стандарт (далее ФГОС) среднего профессионального образования по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания, утвержденный, приказом Министерства образования и науки РФ от 22 апреля 2014 г. N 384	
Профессиональный стандарта (далее – ПС)		
	Профессиональный стандарт "Повар" (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 8 сентября 2015 г. N 610н)	Профессиональный стандарт «Повар» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 8 сентября 2015 г. N 610н)

1.4. Требования к квалификации:

Школьники	Студенты	Специалисты
<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования охраны труда, пожарной безопасности, основы санитарии и личной гигиены в организациях питания; - виды, назначение, правила безопасной эксплуатации технологического оборудования, производственного инвентаря, инструментов, весоизмерительных приборов, посуды и правила ухода за ними; - ассортимент, рецептуры, требования к качеству, условиям и срокам хранения, методы приготовления, варианты оформления и подачи кулинарных блюд, кулинарных изделий, 	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования охраны труда, пожарной безопасности, производственной санитарии и личной гигиены в организациях питания; - виды, назначение, правила безопасной эксплуатации технологического оборудования, производственного инвентаря, инструментов, весоизмерительных приборов, посуды и правила ухода за ними; - ассортимент, рецептуры, требования к качеству, условиям и срокам хранения, методы приготовления, варианты оформления и подачи кулинарных блюд, кулинарных изделий, закусок, в том числе региональных; 	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - нормативные правовые акты Российской Федерации, регулирующие деятельность организаций питания; - рецептуры и технологии приготовления блюд, напитков и кулинарных изделий; - требования к качеству, срокам и условия хранения, признаки и органолептические методы определения доброкачественности пищевых продуктов, используемых в приготовлении блюд, напитков и кулинарных изделий; - назначение, правила использования технологического оборудования,

<p>закусок, в том числе региональных;</p> <p>- правила и способы сервировки стола, презентации кулинарных блюд, кулинарных изделий, закусок.</p>	<p>-нормы расхода, способы сокращения потерь, сохранения пищевой ценности продуктов при приготовлении;</p> <p>- правила и способы сервировки стола, презентации кулинарных блюд, кулинарных изделий, закусок.</p>	<p>производственного инвентаря, инструмента, весоизмерительных приборов, посуды, используемых в приготовлении блюд, напитков и кулинарных изделий, и правила ухода за ними;</p> <p>– требования охраны труда, производственной санитарии и пожарной безопасности в организациях питания</p>
<p>Уметь:</p> <p>-подготавливать рабочее место, выбирать, безопасно эксплуатировать оборудование, производственный инвентарь, инструменты, весоизмерительные, приборы в соответствии с инструкциями и регламентами; - соблюдать правила сочетаемости, подготовки и применения пряностей и приправ;</p> <p>- выбирать, применять, комбинировать способы приготовления, творческого оформления и подачи кулинарных блюд, кулинарных изделий, закусок разнообразного ассортимента, в том числе региональных;</p>	<p>Уметь:</p> <p>Должен уметь: подготавливать рабочее место, выбирать, безопасно эксплуатировать оборудование, производственный инвентарь, инструменты, весоизмерительные приборы в соответствии с инструкциями и регламентами; - соблюдать правила сочетаемости, взаимозаменяемости продуктов, подготовки и применения пряностей и приправ;</p> <p>- выбирать, применять, комбинировать способы приготовления, творческого оформления и подачи кулинарных блюд, кулинарных изделий, закусок разнообразного ассортимента, в том числе региональных;</p> <p>-порционировать (комплектовать), эстетично упаковывать на вынос, хранить с учетом требований к безопасности готовой продукции.</p>	<p>Уметь:</p> <p>Должен уметь:</p> <p>- производить работы по подготовке рабочего места и технологического оборудования, производственного инвентаря, инструмента, весоизмерительных приборов, используемых при приготовлении блюд, напитков и кулинарных изделий;</p> <p>- соблюдать стандарты чистоты на рабочем месте основного производства организации питания; - применять регламенты, стандарты и нормативно-техническую документацию, используемую при производстве блюд, напитков и кулинарных изделий</p> <p>Трудовые действия: - подготовка к работе основного производства организации питания и своего рабочего места в соответствии с инструкциями и регламентами организации питания;</p>

2. Конкурсное задание

2.1. Краткое описание задания

2.1.1. Категория участников «ШКОЛЬНИКИ»:

В ходе выполнения конкурсного задания необходимо приготовить, оформить и подать по 2 порции каждого ролла. Нарезать ролл нужно равномерно на 6 кусочков. Время выполнения конкурсного задания: 2 часа (без учёта времени на подготовку рабочего места).

1. Ролл с авокадо (закрытый)
2. Ролл с форелью с/с и творожным сыром (закрытый)

К Блюдам подаём отдельно: соевый соус, имбирь, васаби в соусниках на каждый модуль.

2.1.2. Категория участников «СТУДЕНТЫ»:

в ходе выполнения конкурсного задания необходимо приготовить, оформить и подать по две порции каждого блюда. Время выполнения 1,5 часа (без учёта времени на подготовку рабочего места). Ролл запеченный нарезать на равномерные 6 кусочков.

1. Онигири с форелью слабосоленой, огурцом слайсом и творожным сыром. (1 порция - 2 штуки)
2. Ролл запечённый с начинкой из свежего огурца и творожного сыра, с шапочкой из крабовых палочек, рыбы (форели с/с), майонеза, соуса Терьяки и сыра (закрытый ролл)

К Блюдам подаём отдельно: соевый соус, имбирь, васаби в соусниках на каждый модуль.

2.1.3. Категория участников «СПЕЦИАЛИСТЫ»:

в ходе выполнения конкурсного задания необходимо приготовить, оформить и подать по две порции каждого блюда. Время выполнения 1 час (без учёта времени на подготовку рабочего места).

1. Ролл с форелью с/с, огурцом и творожным сыром. (открытый)
2. Запечённый ролл «Аляска» (закрытый)

К Блюдам подаём отдельно: соевый соус, имбирь, васаби в соусниках на каждый модуль.

2.2. Структура и подробное описание конкурсного задания

Категория участников	Наименование и описание модуля	Время	Результат
Школьники	Организация рабочего места. Внимание!!! Вне конкурсного времени за 20 минут до начала старта	20 минут	Проверка сырья, предоставленного организаторами для приготовления блюд. Подготовка рабочего места.

	Модуль А. Ролл с авокадо (закрытый)	1 час	2 порции блюда закрытый ролл «Ролл с авокадо». • Масса блюда 100 грамм Температура подачи тарелки от 10°C до 14°C.
	Модуль Б. Ролл с форелью и творожным сыром (закрытый)	1 час	2 порции блюда закрытый ролл «Ролл с огурцом». • Масса блюда от 100г. до 110 грамм Температура подачи тарелки от 10°C до 14°C.
Время выполнение всех модулей: 2 часа			
Студенты	Организация рабочего места. Внимание!!! Вне конкурсного времени за 20 минут до начала старта	15 минут	Проверка сырья, предоставленного организаторами для приготовления блюд. Подготовка рабочего места.
	Модуль А. Онигири с форелью слабосоленой, огурцом слайсом и творожным сыром.	45 минут	2 порции блюда «Онигири с форелью слабосоленой, огурцом слайсом и творожным сыром» • Масса блюда от 150г. до 200 грамм Температура подачи тарелки от 10°C до 14°C.
	Модуль Б. Ролл запечённый с начинкой из огурца свежего и творожного сыра, с шапочкой из крабовых палочек, рыбы (форели с/с), майонеза, соуса Терьяки и сыра (закрытый ролл)	45 минут	2 порции блюда Ролл запечённый • Масса блюда от 180г. до 190 грамм Температура готового блюда 60°C до 65°C.
Время выполнение всех модулей: 1,5 часа			
Специалисты	Организация рабочего места. Внимание!!! Вне конкурсного времени за 20 минут до начала старта	10 минут	Проверка сырья, предоставленного организаторами для приготовления блюд. Подготовка рабочего места.
	Модуль А. Ролл с форелью с/с, огурцом и творожным сыром. (открытый)	30 минут	2 порции блюда Ролл с форелью с/с, огурцом и творожным сыром. (открытый) • Масса блюда от 180г. до 190 грамм Температура подачи тарелки от 10°C до 14°C.

	Модуль Б. Запечённый ролл «Аляска» (открытый)	30 минут	2 порции блюда Запечённый ролл «Аляска» (закрытый) • Масса блюда от 180г. до 190 грамм Температура готового блюда 60°С до 65°С.
Время выполнение всех модулей: 1 час			

2.3 Последовательность выполнения задания.

Все блюда и кулинарные изделия являются авторскими, новыми и разрабатываются на основании ГОСТ 32691-2014 «Услуги общественного питания. Порядок разработки фирменных и новых блюд и изделий на предприятиях общественного питания», соблюдая санитарные нормы и правила, технологии обработки продуктов и ведения технологического процесса.

Ингредиент: Рис для суши и роллов предоставляется участникам всех категорий в отварном в виде и заправленный заправкой.

2.3.1. Категория участников «ШКОЛЬНИКИ»:

Модуль А.

Допускается декор, из продуктов перечня списка, на выбор участника. Использование при подаче несъедобных компонентов, дополнительных аксессуаров и вспомогательного инвентаря на тарелках НЕ ДОПУСКАЕТСЯ!!!

Подать 2 порции блюда на белых круглых, плоских тарелках без декора. Подаются два идентичных блюда: одна тарелка подаётся для оценки измеримых показателей, затем выставляется на демонстрационный стол и для фотографирования. Вторая тарелка подается в дегустацию. Уведомить экспертов о завершении работы. Убрать рабочее место.

Ролл с авокадо

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и п/ф на 1 порцию, г	
	Брутто, г	Нетто, г
Рис для суши и роллов п/ф	70	70
Авокадо	56	30
Водоросли Нори	1,4	1,4
Выход готового изделия, г: 100		

Технология приготовления:

На бамбуковую циновку уложить 1/2 листа сухих водорослей «Нори». Влажной рукой взять рис и выложить его от края до края водорослей, оставляя незакрытым 1 см с одного края. В центр риса выложить полоски авокадо. Затем с помощью циновки сформовать рулет (свободный край смочить водой и закончить формовать). Отпустить циновку — останется рулет. Разрезать его влажным ножом на 6 частей. Приготовить 2 порции, выкладываем на предварительно охлаждённую тарелку роллы. Подаём отдельно: соевый соус, имбирь, васаби в соусниках

Модуль Б.

Допускается декор, из продуктов перечня списка, на выбор участника. Использование при подаче несъедобных компонентов, дополнительных аксессуаров и вспомогательного инвентаря на тарелках НЕ ДОПУСКАЕТСЯ!!!

Подать 2 порции блюда на белых круглых, плоских тарелках без декора. Подаются два идентичных блюда: одна тарелка подаётся для оценки измеримых показателей, затем выставляется на демонстрационный стол и для фотографирования. Вторая тарелка подаётся в дегустацию. Уведомить экспертов о завершении работы. Убрать рабочее место.

Ролл с форелью и творожным сыром (закрытый)

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и п/ф на 1 порцию, г	
	Брутто, г	Нетто, г
Рис для суши и роллов п/ф	70	70
Форель слабой соли	15	15
Творожный сыр	15	15
Водоросли Нори	1,4	1,4
Выход готового изделия, г: 100		

Технология приготовления:

На бамбуковую циновку уложить 1/2 листа сухих водорослей “Нори”. Влажной рукой взять рис и выложить его от края до края водорослей, оставляя незакрытым 1 см с одного края. В центр риса выложить полоски форели с/с и из кондитерского мешка выкладываем творожный сыр. Затем с помощью циновки сформовать рулет (свободный край смочить водой и закончить формировать). Отпустить циновку — останется рулет. Разрезать его влажным ножом на 6 частей. Приготовить 2 порции, выкладываем на предварительно охлаждённую тарелку роллы. Подаём отдельно: соевый соус, имбирь, васаби в соусниках.

2.3.2. Категория участников «СТУДЕНТЫ»:

Модуль А.

Допускается декор, из продуктов перечня списка, на выбор участника. Использование при подаче несъедобных компонентов, дополнительных аксессуаров и вспомогательного инвентаря на тарелках НЕ ДОПУСКАЕТСЯ!!!

Подать 2 порции блюда на белых круглых, плоских тарелках без декора. Подаются два идентичных блюда: одна тарелка подаётся для оценки измеримых показателей, затем выставляется на демонстрационный стол и для фотографирования. Вторая тарелка подается в дегустацию. Уведомить экспертов о завершении работы. Убрать рабочее место.

Онигири с форелью слабосоленой, огурцом слайсом и творожным сыром.

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и п/ф на 1 порцию, г	
	Брутто, г	Нетто, г
Рис для суши и роллов п/ф	70	70
Форель слабой соли	30	30
Творожный сыр	15	15
Огурец свежий	15	15
Водоросли Нори	1,4	1,4
Выход готового изделия, г: 130		

На дно формы выкладываем немного риса, чтобы полностью закрывал дно, сверху выкладываем начинку: творожный сыр с помощью кондитерского мешка, кубики рыбы и слайсы огурца. Далее выкладываем сверху рис, чтобы полностью скрывал начинку. Прижимаем это все верхней частью формочки. Достаем онигири из формочки и обматываем полоской нори. Подаём отдельно: соевый соус, имбирь, васаби в соусниках.

Модуль Б.

Допускается декор, из продуктов перечня списка, на выбор участника. Использование при подаче несъедобных компонентов, дополнительных аксессуаров и вспомогательного инвентаря на тарелках НЕ ДОПУСКАЕТСЯ!!!

Подать 2 порции блюда на белых круглых, плоских тарелках без декора. Подаются два идентичных блюда: одна тарелка подаётся для оценки измеримых показателей, затем выставляется на демонстрационный стол и для фотографирования. Вторая тарелка подается в дегустацию. Уведомить экспертов о завершении работы. Убрать рабочее место.

Ролл запечённый с начинкой из огурца свежего и творожного сыра, с шапочкой из крабовых палочек, рыбы (форели с/с), майонеза, соуса Терьяки и сыра (закрытый ролл)

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и п/ф на 1 порцию, г	
	Брутто, г	Нетто, г
Рис для суши и роллов п/ф	70	70
Форель слабой соли	10	10
Творожный сыр	10	10
Огурец свежий	15	15
Крабовые палочки	10	10
Майонез	7	7
Соус Терьяки	10	10
Сыр твёрдый	5	5
Водоросли Нори	1,4	1,4
Выход готового изделия, г: 180		

Рис выкладываем на лист 2\3 часть нори. Сверху выкладываем полоски нарезанного свежего огурца, через кондитерский мешок выкладываем творожный сыр. Ролл сворачиваем и нарезаем на 6 частей. Мелко нарезаем крабовые палочки, натираем на мелкой терке сыр, и нарезаем кубиком форель, смешиваем с майонезом, соусом Терьяки и доводим до вкуса. Выкладываем начинку сверху на кусочки с помощью чайной ложки и запекаем до румяной корочки. Сверху украшаем соусом Терьяки. Выкладываем 2 порции на тарелку. Подаём отдельно: соевый соус, имбирь, васаби в соусниках.

2.3.3. Категория участников «СПЕЦИАЛИСТЫ»:

Модуль А.

Допускается декор, из продуктов перечня списка, на выбор участника. Использование при подаче несъедобных компонентов, дополнительных аксессуаров и вспомогательного инвентаря на тарелках НЕ ДОПУСКАЕТСЯ!!!

Подать 2 порции блюда на белых круглых, плоских тарелках без декора. Подаются два идентичных блюда: одна тарелка подаётся для оценки измеримых показателей, затем выставляется на демонстрационный стол и для фотографирования. Вторая тарелка подается в дегустацию. Уведомить экспертов о завершении работы. Убрать рабочее место.

Ролл с форелью с/с, огурцом и творожным сыром. (открытый)

№	Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и п/ф на 1 порцию, г	
		Брутто, г	Нетто, г
1	Рис для суши и роллов п/ф	120	120
2	Форель слабой соли	54	30
3	Огурец свежий	28	15
5	Сыр творожный	5,3	5
6	Водоросли Нори	1,4	1,4

Выход готового изделия, г: 185

На бамбуковую циновку уложить 1/2 листа сухих водорослей “Нори” (поперек). Влажной рукой взять рис и выложить его от края до края водорослей, оставляя незакрытым 1 см с одного края, с другого края рис выложить на 1 см длиннее водоросли. Затем все это перевернуть водорослью вверх, рисом вниз. На водоросль уложить соломку огурцы. Отсадить через кондитерский мешок творожный сыр. Сформовать рулет так, чтобы рис оказался снаружи. Отпустить циновку. Кусочки форели с/с выложить на циновке в ряд. Поместить сверху рулет, прокатать таким образом, чтобы кусочки плотно прижались к рулету. Разрезать ножом на 6 частей. Выкладываем 2 порции на тарелку. Подаём отдельно: соевый соус, имбирь, васаби в соусниках.

Модуль Б.

Допускается декор, из продуктов перечня списка, на выбор участника. Использование при подаче несъедобных компонентов, дополнительных аксессуаров и вспомогательного инвентаря на тарелках НЕ ДОПУСКАЕТСЯ!!!

Подать 2 порции блюда на белых круглых, плоских тарелках без декора. Подаются два идентичных блюда: одна тарелка подаётся для оценки измеримых показателей, затем выставляется на демонстрационный стол и для фотографирования. Вторая тарелка подается в дегустацию. Уведомить экспертов о завершении работы. Убрать рабочее место.

Запечённый ролл «Аляска» (открытый)

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и п/ф на 1 порцию, г	
	Брутто, г	Нетто, г
Рис для суши и роллов п/ф	120	120
Тунец, консервированный в собственном соку	35	30
Авокадо	28	15
Майонез	17	17
Кунжут (семена)	5	5
Водоросли Нори	1,4	1,4
Выход готового изделия, г: 185		

Технология приготовления:

На бамбуковую циновку уложить 1/2 листа сухих водорослей “Нори” (поперек). Влажной рукой взять рис и выложить его от края до края водорослей, оставляя незакрытым 1 см с одного края, с другого края рис выложить на 1 см длиннее водоросли. Затем все это перевернуть водорослью вверх, рисом вниз. На водоросль уложить полоски тунца и авокадо, сформовать рулет так, чтобы рис оказался снаружи. Отпустить циновку. Запанировать в кунжуте. Разрезать ножом на 6 частей. Положить каждую часть срезом вверх и выкладываем майонез и запекаем. Выкладываем 2 порции на тарелку. Подаём отдельно: соевый соус, имбирь, васаби в соусниках.

Особые указания:

Разрешено использовать дополнительный (заранее, согласованный с организаторами) инвентарь, малогабаритное оборудование, привезенное участником с собой, в тулбоксе.

Строго запрещено использовать инвентарь и оборудование не исправное, которое нарушает технику безопасности и пожарную безопасность.

Разрешено использовать дополнительный (заранее, согласованный с организаторами) инвентарь, малогабаритное оборудование, привезенное участником с собой, в тулбоксе.

Строго запрещено использовать инвентарь и оборудование не исправное, которое нарушает технику безопасности и пожарную безопасность.

2.4. Региональный (вариативный):

Примеры изменений для регионального (вариативного) модуля:

Школьники

30% изменение конкурсного задания Модуль 1. закрытый ролл «Ролл с авокадо» можно на усмотрении ГЭ изменить продукт на перец болгарский красный, огурец свежий, или отварную куриную грудку).

30% изменения, вносятся за 24 часа до начала выполнения конкурсного задания

Студенты

30% изменение конкурсного задания Модуль 2. Ролл запечённый с начинкой из огурца свежего и творожного сыра, с шапочкой из крабовых палочек, рыбы (форели с/с), майонеза, соуса Терьяки и сыра (закрытый ролл) использовать продукт на любую красную слабосоленую рыбу.

30% изменения, вносятся за 24 часа до начала выполнения конкурсного задания

Специалисты

30% изменение конкурсного задания Модуль 2 блюда Запечённый ролл «Аляска» использовать продукт использовать мягкий сыр (Творожный, риккота, Филадельфия, сливочный) .

30% изменения, вносятся за 24 часа до начала выполнения конкурсного задания

2.5. Критерии оценки выполнения задания

Категория участников	Наименование и описание модуля	Тип критерия (оценочный/измеримый)	Макс. балл
Школьники	Модуль А. Ролл с авокадо (закрытый)		
	Санитария и гигиена	о	9
	Техника безопасности	о	9
	Организация и планирование производственного процесса	о	3
	Правильное использование досок и расточительность	о	5
	Время подачи блюда	и	3
	Органолептические показатели и вес	о	21
	Модуль Б Ролл с форелью и творожным сыром (закрытый)		
	Санитария и гигиена	о	9
	Техника безопасности	о	9
	Организация и планирование производственного процесса	о	3
	Правильное использование досок и расточительность	о	5
	Время подачи блюда	и	3
	Органолептические показатели и вес	о	21
ОБЩЕЕ:			100
Студенты	Модуль А. Онигири с форелью слабосоленой, огурцом слайсом и творожным сыром.		
	Санитария и гигиена	о	9
	Техника безопасности	о	9
	Организация и планирование производственного процесса	о	3
	Правильное использование досок и расточительность	о	5
	Время подачи блюда	и	3
	Органолептические показатели и вес	о	21

	Модуль Б. Ролл запечённый с начинкой из огурца свежего и творожного сыра, с шапочкой из крабовых палочек, рыбы (форели с/с), майонеза, соуса Терьяки и сыра (закрытый ролл)		
	Санитария и гигиена	о	9
	Техника безопасности	о	9
	Организация и планирование производственного процесса	о	3
	Правильное использование досок и расточительность	о	5
	Время подачи блюда	и	3
	Органолептические показатели и вес	о	21
ОБЩЕЕ:			100
Специалисты	Модуль А. Ролл с форелью с/с, огурцом и творожным сыром. (открытый)		
	Санитария и гигиена	о	9
	Техника безопасности	о	9
	Организация и планирование производственного процесса	о	3
	Правильное использование досок и расточительность	о	5
	Время подачи блюда	и	3
	Органолептические показатели и вес	о	21
	Модуль Б. Запечённый ролл «Аляска» (открытый)		
	Санитария и гигиена	о	9
	Техника безопасности	о	9
	Организация и планирование производственного процесса	о	3
	Правильное использование досок и расточительность	о	5
	Время подачи блюда	и	3

	Органолептические показатели и вес	о	21
ОБЩЕЕ:			100

3. Перечень специальной одежды, оборудования, инструментов и расходных материалов, которые участник может привезти с собой на площадку проведения чемпионата.

3.1. Требуемая специальная одежда участникам по компетенции в соответствии с требованиями охраны труда и техники безопасности: школьники/студенты/специалисты (при необходимости оформляется отдельно по категориям):

Требуемая специальная одежда (участник обязан привезти с собой) (Школьники/Студенты/Специалисты)					
№ п/п	Наименование	Технические характеристики	Ссылка на образец (при необходимости)	Ед. измерения	Необходимое кол-во
1.	Китель поварской	белого цвета (допускаются цветные элементы отделки). Рукав 3/4 или длинный	https://www.ozon.ru/product/rubashka-povara-povarskoy-kitel-2400933630/?_bctx=CA YQroMS&at=GRt25Oyl WcELQW39T69ky1vhVr ZPo1hmK6ElJt6EgX5j	шт	1
2.	Фартук поварской черного цвета	Фартук может быть с грудкой, или без	https://www.ozon.ru/product/fartuk-kuhonnyy-rabochiy-chemnyy-1sht-1662876182/?at=Vvtzok4 K0F7z1z0MFqggpOLc7v EkOYUW7QQ2vuBkP29 Q	шт	1
3.	Фартук поварской белого цвета	Фартук может быть с грудкой, или без	https://www.ozon.ru/product/fartuk-rabochiy-kuhonnyy-universalnyy-zhenskiy-muzhskoy-445240779/?at=36tWz98 M7uyyxoJAiDBDzOMSJ zOIG5s214p8uqqV40L	шт	1
4.	Штаны поварские	поварские темного цвета без рисунка	https://www.ozon.ru/product/bryuki-povarskie-pryamye-1871793449/?at=28t0zZx GKf1zZ6YEFGr2KxoFwn0R0qslwV3LLC9qkxzm	шт	1
5.	Колпак поварской	белый поварской колпак (допускается одноразовый).	https://www.ozon.ru/product/kolpak-povarskoy-belyy-1796387363/?at=16tLNBj mnf1PYy48I8jV69YHQ XzX9vHvmX6P2TrnZxk 0	шт	1
6.	Обувь закрытая	безопасная закрытая обувь с зафиксированной пяткой.	https://www.wildberries.ru/catalog/393918377/detail.aspx?targetUrl=MI	пара	1

3.2. Рекомендуемая специальная одежда участникам категории: школьники/студенты/специалисты (при необходимости оформляется отдельно по категориям) которые участник может привезти с собой.:

Рекомендуемый набор оборудования/инструментов (участник может привезти с собой) (Школьники/Студенты/Специалисты (при необходимости оформляется отдельно по категориям)) <i>*на площадке могут быть аналоги с аналогичными характеристиками, предоставляемые в качестве замены</i>					
№ п/п	Наименование	Технические характеристики	Ссылка на образец (при необходимости)	Ед. измерения	Необходимое кол-во
Не требуется					

3.3. Инфраструктурный лист застройки площадки предоставляется в виде отдельного документа (приложения) в формате Excel (.xlsx)

4. Минимальные требования к оснащению рабочих мест с учётом всех основных нозологий

* минимальные требования к оснащению рабочих мест согласованы с общероссийскими общественными организациями инвалидов

Вид нозологии	Площадь, м.кв.	Ширина прохода между рабочими местами, м.	Специализированное оборудование, количество*
Рабочее место участника с нарушением слуха	3000x1900	1,5 м	Для участников с нарушением слуха необходимо предусмотреть: а) наличие звукоусиливающей аппаратуры, акустической системы, информационной индукционной системы, наличие индивидуальных наушников; б) наличие на площадке переводчика русского жестового языка (сурдопереводчика); в) оформление конкурсного задания в доступной текстовой информации.
Рабочее место участника с нарушением зрения	3000x1900	1,5 м	Для участников с нарушением зрения необходимо: а) текстовое описание конкурсного задания в плоскочечатном виде с крупным размером шрифта, учитывающим состояние зрительного анализатора участника с остаточным зрением (в формате Microsoft Word не менее 16-18 пт), дублированного рельефно точечным шрифтом Брайля (при необходимости); б) лупа с подсветкой для слабовидящих; электронная лупа; в) для рабочего места, предполагающего работу на компьютере - оснащение специальным компьютерным оборудованием и оргтехникой: видеоувеличитель; - программы экранного доступа NVDA и JAWS18 (при необходимости); - брайлевский дисплей (при необходимости); в) для рабочего места участника с нарушением зрения, имеющего собаку-проводника, необходимо предусмотреть место для собаки-проводника. г) оснащение (оборудование) специального рабочего места тифлотехническими ориентирами и устройствами, с возможностью использования крупного рельефно-контрастного шрифта и шрифта Брайля, акустическими навигационными

			<p>средствами, обеспечивающими беспрепятственное нахождение инвалидом по зрению - слепого своего рабочего места и выполнение трудовых функций;</p> <p>д) индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс.</p>
Рабочее место участника с нарушением ОДА	3000x1900	1,5 м	<p>Оснащение (оборудование) специального рабочего места оборудованием, обеспечивающим реализацию эргономических принципов:</p> <p>а) увеличение размера зоны на одно место с учетом подъезда и разворота кресла-коляски, увеличения ширины прохода между рядами верстаков;</p> <p>б) для участников, передвигающихся в кресле-коляске, необходимо выделить 1 - 2 первых рабочих места в ряду у дверного проема;</p> <p>в) оснащение (оборудование) специального рабочего места специальными механизмами и устройствами, позволяющими изменять высоту и наклон рабочей поверхности, положение сиденья рабочего стула по высоте и наклону, угол наклона спинки рабочего стула, оснащение специальным сиденьем, обеспечивающим компенсацию усилия при вставании.</p>
Рабочее место участника с соматическими заболеваниями и	3000x1900	1,5 м	<p>Специальные требования к условиям труда инвалидов вследствие заболеваний сердечно-сосудистой системы, а также инвалидов вследствие других соматических заболеваний, предусматривают отсутствие:</p> <p>а) вредных химических веществ, включая аллергены, канцерогены, оксиды металлов, аэрозоли преимущественно фиброгенного действия;</p> <p>б) тепловых излучений; локальной вибрации, электромагнитных излучений, ультрафиолетовой радиации на площадке;</p> <p>в) превышения уровня шума на рабочих местах; г) нарушений уровня освещенности, соответствующей действующим нормативам.</p> <p>Необходимо обеспечить наличие столов с регулируемой высотой и углом наклона поверхности; стульев (кресел) с регулируемой высотой сиденья и положением спинки (в соответствии со спецификой заболевания).</p>

<p>Рабочее место участника с ментальными нарушениями</p>	<p>3000x1900</p>	<p>1,5 м</p>	<p>Специальные требования к условиям труда инвалидов, имеющих нервно-психические заболевания:</p> <p>а) создание оптимальных и допустимых санитарно-гигиенических условий производственной среды, в том числе: температура воздуха в холодный период года при легкой работе - 21 - 24 °С; при средней тяжести работ - 17 - 20 °С; влажность воздуха в холодный и теплый периоды года 40 – 60 %; отсутствие вредных веществ: аллергенов, канцерогенов, аэрозолей, металлов, оксидов металлов;</p> <p>б) электромагнитное излучение - не выше ПДУ; шум - не выше ПДУ (до 81 дБА); отсутствие локальной и общей вибрации; отсутствие продуктов и препаратов, содержащих живые клетки и споры микроорганизмов, белковые препараты;</p> <p>в) оборудование (технические устройства) должны быть безопасны и комфортны в использовании (устойчивые конструкции, прочная установка и фиксация, простой способ пользования без сложных систем включения и выключения, с автоматическим выключением при неполадках; расстановка и расположение, не создающие помех для подхода, пользования и передвижения; расширенные расстояния между столами, мебелью; не должна затрудняющая доступность устройств; исключение острых выступов, углов, ранимых поверхностей, выступающих крепежных деталей)</p>
---	------------------	--------------	---

6. Требования охраны труда и техники безопасности

6.1. Общие требования:

На основании настоящей Типовой инструкции разрабатывается инструкция по охране труда и технике безопасности для участника с учетом условий его работы. Эксперты и участники должны ознакомиться с инструкцией по безопасности труда до начала соревнований.

На участника могут воздействовать опасные и вредные факторы:

- подвижные части электрооборудования;
- повышенная температура поверхностей оборудования;
- пониженная температура поверхностей холодильного оборудования, полуфабрикатов;
- повышенная температура воздуха рабочей зоны;
- повышенный уровень шума на рабочем месте;
- повышенная влажность воздуха;
- повышенная или пониженная подвижность воздуха;
- повышенное значение напряжения в электрической цепи;
- недостаточная освещенность рабочей зоны;
- повышенный уровень инфракрасной радиации;
- острые кромки, заусенцы и неровности поверхностей оборудования, инструмента, инвентаря, тары;
- вредные вещества в воздухе рабочей зоны;
- физические перегрузки;
- нервно - психические перегрузки.

Участник извещает эксперта по технике безопасности о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого заболевания.

Участнику следует:

- оставлять верхнюю одежду, обувь, головной убор, личные вещи в гардеробной;
- перед началом работы мыть руки с мылом, надевать чистую санитарную одежду, подбирать волосы под колпак;
- работать в чистой санитарной одежде, менять ее по мере загрязнения;
- после посещения туалета мыть руки с мылом;
- при изготовлении кулинарных изделий снимать ювелирные украшения, часы, коротко стричь ногти и не покрывать их лаком.

У участника должна быть форменная одежда:

- куртка белая хлопчатобумажная;

- брюки;
- фартук белый хлопчатобумажный;
- колпак белый хлопчатобумажный (допускается одноразовый); • профессиональная обувь на нескользящей подошве.

Для экспертов обязательные элементы одежды: китель, передник или фартук, колпак (все белого цвета), профессиональная обувь на нескользящей подошве

6.2. Действия до начала работ:

Застегнуть одетую форменную одежду на все пуговицы (завязать завязки), не допуская свисающих концов одежды. Не закалывать одежду булавками, иголками, не держать в карманах одежды острые, бьющиеся предметы.

Проверить оснащенность рабочего места необходимым оборудованием, инвентарем, приспособлениями и инструментами.

Подготовить рабочее место для безопасной работы:

обеспечить наличие свободных проходов;

проверить устойчивость производственного стола, стеллажа, прочность крепления оборудования к фундаментам и подставкам;

надежно установить (закрепить) передвижное (переносное) оборудование и инвентарь на рабочем столе, подставке, передвижной тележке;

удобно и устойчиво разместить запасы сырья, полуфабрикатов, инструмент, приспособления в соответствии с частотой использования и расходования;

проверить внешним осмотром:

достаточность освещения рабочей поверхности;

отсутствие свисающих и оголенных концов электропроводки;

исправность розетки, кабеля (шнура) электропитания, вилки, используемых электробытовых приборов;

наличие и надежность заземляющих соединений (отсутствие обрывов, прочность контакта между металлическими нетоковедущими частями машины и заземляющим проводом). Не приступать к работе при отсутствии или ненадежности заземления;

наличие, исправность нагревательных поверхностей оборудования;

отсутствие посторонних предметов внутри и вокруг применяемого оборудования;

наличие и исправность весоизмерительного оборудования;

состояние полов (отсутствие выбоин, неровностей, скользкости, открытых трапов);

отсутствие выбоин, трещин и других неровностей на рабочих поверхностях производственных столов;

исправность применяемого инвентаря, приспособлений и инструмента (поверхности тары, разделочных досок, лопаток и т.п. должны быть чистыми, гладкими, без сколов, трещин и заусениц; рукоятки ножей должны быть плотно насаженными, нескользкими и удобными для захвата, имеющими необходимый упор для пальцев руки, не деформирующимися от

воздействия горячей воды; полотна ножей должны быть гладкими, отполированными, без вмятин и трещин).

Проверить исправность пускорегулирующей аппаратуры оборудования (пускателей, пакетных переключателей и т.п.).

Перед включением индукционной плиты помните:
оборудование и его доступные части нагреваются во время эксплуатации.

Всегда следует помнить, что существует опасность травмы, при прикосновении к нагревательным элементам. Поэтому, во время работы оборудования - быть особо бдительными. Приготовление на плите блюд на жиру или на растительных маслах, может быть опасно и привести к пожару, в связи с этим, никогда не пробуйте гасить огонь водой! Сначала отключите оборудование, а затем накройте огонь, например, крышкой.

Не складывайте предметы и вещи на поверхности плиты. Если на поверхности имеется трещина, то следует отключить электропитание во избежание поражения электрическим током. Не рекомендуется размещать на поверхности плиты металлические предметы (например, такие как: ножи, вилки, ложки, крышки, алюминиевую фольгу и т.п.), так как они могут нагреваться.

После эксплуатации отключите плиту регулятором, а не руководствуйтесь указаниями детектора посуды.

При эксплуатации весов не нагружайте весы сверх наибольшего предела взвешивания (включая массу тары). Не допускайте ударов по платформе. Не подвергайте весы сильной вибрации. При работе не нажимайте сильно на клавиши.

При эксплуатации холодильного оборудования: загрузку охлаждаемого объема холодильного оборудования осуществлять после пуска холодильной машины и достижения температуры, необходимой для хранения продуктов. Двери холодильного оборудования открывать на короткое время и как можно реже. При обнаружении утечки хладагента холодильное оборудование немедленно отключить, помещение – проветрить.

Не допускается:

включать агрегат при отсутствии защитного заземления или зануления электродвигателей;

загромождать пространство возле холодильного агрегата, складировать продукты, тару и другие посторонние предметы;

прикасаться к подвижным частям включенного в сеть агрегата независимо от того, находится он в работе или в режиме

автоматической остановки;

хранить продукты на испарителях;

загружать холодильную камеру при снятом ограждении воздухоохладителя, без поддона испарителя, а также без поддона для стока конденсата.

Перед использованием микроволновой печи убедитесь в том, что стеклянный поднос, роликовая подставка, муфта правильно установлены.

Избегайте прикосновения к горячим стенкам прибора при его работе: это относится в первую очередь к дверце, резистору для нагрева, стенкам камеры.

При извлечении из печи посуды с продуктами пользуйтесь изолирующими перчатками или кухонными рукавицами. Не включайте печь в работу «вхолостую», без продуктов. Она должна

быть обязательно загружена. В противном случае вы рискуете ее повредить или сократить время работы.

Не вставляйте между дверцей и корпусом печи посторонние предметы (тряпки, кухонные рукавицы), не размещайте в печи слишком громоздкую посуду.

Если дверца не закрыта, то включение печи окажется невозможным.

6.3. Действия во время выполнения работ:

Выполнять только ту работу, по которой прошёл обучение, инструктаж по охране труда.

Использовать оборудование только для тех работ, для которых оно предназначено.

Соблюдать правила перемещения в боксе и на территории площадки, пользоваться только установленными проходами.

Содержать рабочее место в чистоте, своевременно убирать с пола рассыпанные (разлитые) продукты, жиры и др.

Не загромождать рабочее место, проходы к нему, между оборудованием, столами, стеллажами, пути эвакуации инвентарём, излишними запасами сырья, кулинарной продукцией.

Использовать средства защиты рук при соприкосновении с горячими поверхностями инвентаря и кухонной посуды.

При работе с ножом соблюдать осторожность, беречь руки от порезов. При перерывах в работе вкладывать нож в пенал (футляр). Не ходить и не наклоняться с ножом в руках, не переносить нож, не вложенный в футляр (пенал).

Во время работы с ножом не допускается:

использовать ножи с непрочно закреплёнными полотнами, с рукоятками, имеющими заусенцы, с затупившимися лезвиями;

производить резкие движения;

нарезать сырье и продукты на весу;

проверять остроту лезвия рукой;

оставлять нож во время перерыва в работе в обрабатываемом сырье или на столе без футляра;

Переносить продукты, сырье, полуфабрикаты только в исправной таре. Не загружать тару более номинальной массы брутто.

Во время работы с использованием различного вида оборудования соблюдать элементарные требования безопасности.

6.4. Действия после окончания работ:

Выключить и надежно обесточить электронагревательное оборудование из розетки.

Не производить уборку мусора, отходов непосредственно руками, использовать для этой цели щетки, совки и другие приспособления.

6.5. Действия в случае аварийной ситуации:

При возникновении поломки оборудования, угрожающей аварией на рабочем месте или на площадке: прекратить его эксплуатацию, а также подачу к нему электроэнергии, воды, сырья и т.п.; доложить о принятых мерах техническому эксперту и действовать в соответствии с полученными указаниями.

В аварийной обстановке: оповестить об опасности окружающих людей; доложить техническому эксперту о случившемся и действовать в соответствии с планом ликвидации аварий.

Если в процессе работы произошло загрязнение рабочего места жирами или просыпанными порошкообразными веществами (мукой, крахмалом и т.п.), работу прекратить до удаления загрязняющих веществ.

Пролитый на полу жир удалить с помощью ветоши или других жиропоглощающих материалов.

В случае возгорания жира не заливать его водой, необходимо прекратить его нагрев и накрыть крышкой или другим предметом (плотной тканью), препятствующим доступу воздуха в зону горения.