ХӨДӨЛМӨРИЙН ГАВЬЯАНЫ УЛААН ТУГИЙН ОДОНТ
ШИНЖЛЭХ УХААН, ТЕХНОЛОГИЙН ИХ СУРГУУЛЬ
MONGOLIAN UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY

ШУТИС

FOOD SERVICE

“ЗӨВ ЗОХИСТОЙ ХООЛЛОЛТ” КЛУБ

ХООЛ ҮЙЛДВЭРЛЭЛ ҮЙЛЧИЛГЭЭНИЙ ТЕХНОЛОГИ МЭРГЭЖЛИЙН ОЮУТНЫ КЛУБ

2022 он

Хүнсний Инженерчлэлийн Салбарын Хоол үйлдвэрлэл үйлчилгээний технологи мэргэжлийн оюутнуудын мэргэжлийн клуб

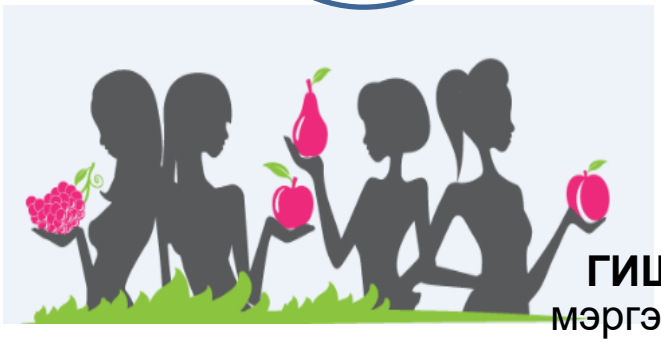
Зорилго: Эрүүл амьдралын хэв маягт нөлөөлөх зохистой хооллолтыг таниулж дадуулах

Зорилт: Мэргэжлийн онцлогийг оюутнууддаа ойлгуулах, идэвхжүүлэх.

Оюутнуудын зөв зохистой хооллолтын мэдлэгийг дээшлүүлэх, зарим өглөөний хоолыг хийж сургах.

Үйл ажилагаа:

- Дотуур байрны оюутнуудын хооллолтын талаарх мэдлэг хандлагын талаарх судалгаа
- Өглөөний хоолны ач холбогдол-зөвлөмж, сургалт
- Мэргэжлийн тэмцээн, уралдаан
- Оюутны эрдэм шинжилгээний бүтээлийн уралдаан



ГИШҮҮНЧЛЭЛ: ХҮҮТ мэргэжлийн нийт оюутан

Онцлог давуу тал

- ***Мэргэжлийн клуб***

Оюутнууд олж авсан онолын мэдлэгт суурилан хоол, хүнсний талаарх мэдлэг хандлагыг түгээж улмаар эрдэм шинжилгээний бүтээлийн уралдаанд идэвхтэй оролцдог.

- ***Бид***

ОЮУТАН ОЮУТАНДАА- санал бодлоо хуваалцах, мэддэг зүйлээ хэлж өгөх, бусдаас суралцах.

Клубын ажлын төлөвлөгөө

№	Хийгдэх ажил	Хугацаа	Зориулалт
	А улирал		
1.	Мэргэжлийн оюутнуудын танилцах аялал	3-р долоо хоногт	ХҮҮТ мэргэжлийн оюутнууд
2.	Сургалтын талаарх зөвлөмж, гарын авлага боловсруулах	5-р долоо хоногт	Багийн гишүүд
3.	ШУТИС-ийн оюутны дотуур байранд сургалт явуулах	9-р долоо хоногт	1-р курсын нийт оюутнуудад
4.	Зохистой хооллолтын ач тус нээлттэй лекц	10-р долоо хоногт	Бүх курсын оюутнуудад
5.	Мэргэжлийн оюутнуудын “Cook show”- тэмцээн	11-р долоо хоногт	Шинэ бүтээл
	Б улирал		
6.	Оюутны бүтээлийн эрдэм шинжилгээний хуралд оролцох	4 сард	Шинэ бүтээл
7.	“Инновацын долоо хоног”	5 сард	3-р, 4-р курсын оюутнууд
8.	Тайлан хэлэлцүүлэг	5 сард	ХҮҮТ мэргэжлийн оюутануудад

Ажлын тайлан

Зохистой хооллолтын зөвлөмж, гарын авлага (жил бүр шинэчилдэг)

ШУТИС

ШИНЖЛЭХ УХААН ТЕХНОЛОГИЙН ИХ СУРГУУЛЬ
ҮЙЛДВЭРЛЭЛ ТЕХНОЛОГИЙН СУРГУУЛЬ

FOOD SERVICE

Зохистой хооллолт

зөвлөмж

Хүнсний Инженерчлэлийн Салбар
"Зохистой хооллолт" клуб

Хооллолтын байдлаа хянах 6 аргад суралцацгаая.

1. Хоногт авах хоолны илчлэгээ тодорхойлж сурах
2. Биеийн өндөрт тохирсон байвал зохих жин /БЗБЖ/ ба түүндээ тохирсон илчлэгээ тодорхойлж сурах
3. Хүнс орлуулалтын хүснэгтийг ашиглаж хоолоо төлөвлөж сурах
4. 1 нэгж бүтээгдэхүүн хэдэн гр болдог талаар сурах
5. Хоолоо төлөвлөж хоногт авах илчлэгээ хүнсний 6 бүлэгтээ нэгжээр хуваарлаж сурах
6. Хоолны үлгэрчилсэн цэс зохиож сурах

Хоногт би хэдэн нэгж бүтээгдэхүүн хэрэглэвэл зохих вэ?

Илчлэг,ккал	Үр тарна	Мах		Но гоо	Өө хтос	Сүү	Жимс
		Өөх тэй	Өөх гүй				
1000	4	1	2	7	2	1	1
1100	5	1	2	7	2	1	1
1200	5	1	3	7	3	1	1
1300	6	1	3	7	3	1	1
1400	7	1	3	7	3	1	1
1500	7	2	3	7	4	1	1
1600	8	2	3	7	4	1	1
1700	8	2	3	7	4	2	1
1800	8	2	3	7	4	2	2
1900	9	2	3	7	4	2	2
2000	10	2	3	7	4	2	2
2100	10	2	4	7	4	2	2
2200	11	2	4	7	4	2	2
2300	12	2	4	7	4	2	2
2400	12	3	4	7	5	2	2
2500	13	3	4	7	5	2	2

Ж: Өдөрт би 2 нэгж үр тариа, 1нэгж мах, 1 нэгж сүү, 1 нэгж жимс идэх ёстой гэж үзвэл: 30гр цагаан будаа+1зуу... талх=2нэгж, 40гр мах=1нэгж, 200 мл сүү= 1нэгж, 100гр алим=1нэгж гэх...

FOOD SERVICE

Гарын авлагыг оюутны дотуур байранд амьдарч байгаа оюутнуудад зориулав.

Оюутны дотуур байранд хийсэн “Эрүүл зөв зохиостой хооллолт” сургалт

ШУТИС-ийн оюутны дотуур байруудад танхимаар болон цахимаар сургалт явуулдаг (must.edu.mn). Үүнд:

*2016 оноос жил бүр уламжлал болгон зохион байгуулдаг сургалтад оюутны дотуур байранд амьдарч байсан **1000-1200** оюутнуудад “Эрүүл зөв зохиостой хооллолтын сургалт зөвлөгөөг” зохион байгуулж байна.*

Өглөөний цайны сургалт (2021-2022 он)

- *Зөв зохистой хооллолтын клубын 1-4р курсын 28 оюутнууд ШУТИС-ийн оюутны 4 дотуур байранд Өглөөний цай, хоол хийх сургалтыг нийт 104 оюутанд 8 төрлийн хоолны технологийг зааж зохион байгуулсан.*

*Мэргэжилийн **Cook show** тэмцээнийг жил бүр уламжлал болгон зохион байгуулдаг.*

Cook show 2019

- Мэргэжлийн хүрээнд жил бүр зохион байгуулдаг “Cook Show” тэмцээн нь энэ жил Монгол үндэстний хоолыг орчин үеийн хоол хэрэглээний соёлтой уялдуулан хөгжүүлэх, оюутны бүтээлч сэтгэлгээг төлөвшүүлэх зорилгоор зохион байгуулагдсан.
- Мөн тэмцээнийг “ТЭЦ-4” ТӨХК, “Долоон болдог” ХХК, “Номадс” ХХК, “Meal Plus” зэрэг албан байгууллагууд хамтарч ажилласан.

Оюутны эрдмийн чуулган

- Оюутнуудад шинэ санаа гаргах, түүнийгээ хөгжүүлэхэд тулгуурлан зохион байгууллагддаг **“Эрдмийн чуулган”- Бүтээлийн уралдаанд** ХҮҮТ 2-4 курсын оюутнууд оролцдог.

ӨРГӨМЖЛӨЛ

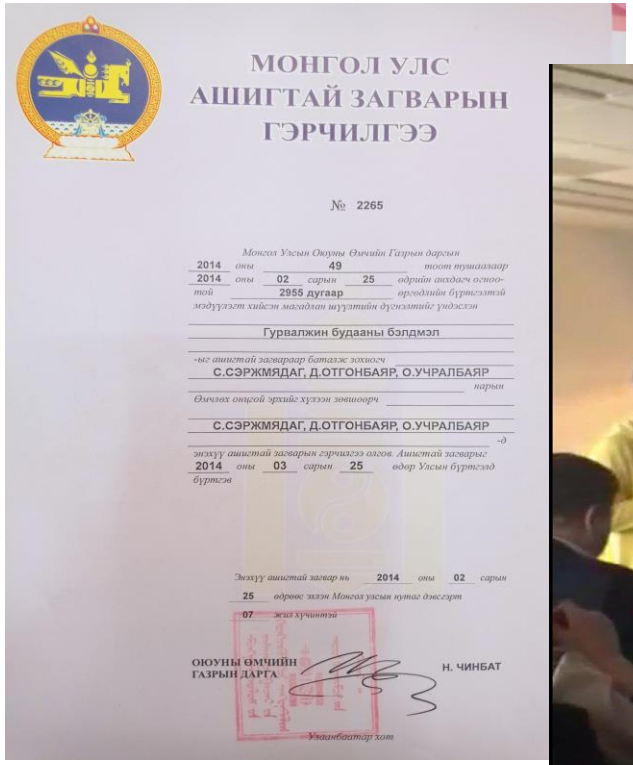
Монгол Улсын Гавьяат багш, Академич С.Батменхийн нэрэмжит ШУТИС-ийн оюутны **“Эрдмийн XVIII чуулган”**-ы шилдэг бүтээл шалгарулах уралдаанд Үйлдвэрлэлийн Технологийн Сургуулийн **“ЗӨВ ЗОХИСТОЙ ХООЛЛОЛТ”** клубийн **“БАЯЖУУЛСАН БҮТЭЭГДЭХҮҮН”** сэдэвт бүтээл **ГУТГААР БАЙР** эзэлсэн тул өргөмжлөл, мөнгөн шагналаар шагнав.

Сургалт, оюутны асуудал эрхэлсэн дэд захирал Х.Энхжаргал

2018 оны 4-р сарын 25

Эрдэм хакатон

- Инновацийн 7 хоногтой уялдуулан 2 дахь жилдээ зохион байгуулагдаж байгаа “Эрдэм хакатон” гарааны бизнесийн уралдаанд клубын 3 гишүүн, удирдагч багштайгаа хамтран “Гурвалжин будааны бэлдмэл”-ээр оролцсон.



МОНГОЛ УЛС
АШИГТАЙ ЗАГВАРЫН
ГЭРЧИЛГЭЭ

№ 2265

Монгол Улсын Оюуны Өмчийн Газрын даргын
2014 оны 49 тоот тушаалаар
2014 оны 02 сарын 25 өдрийн авсдагч огноотой 2955 дугаар өргөдлийн бүртгэлтэй
мэдүүлэгт хийсэн магадлан шүүлтийн дүгнэлтийг үндэслэн

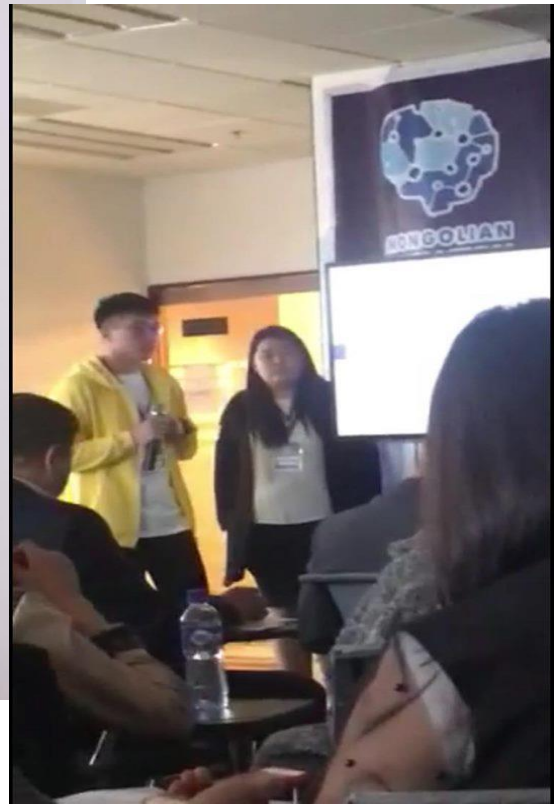
Гурвалжин будааны бэлдмэл

-ыг ашигтай загвараар батлаж зохиогч
С.СЭРЖМЯДАГ, Д.ОТГОНБАЯР, О.УЧРАЛБАЯР
нарын
Өмчлөх онцгой эрхийг хүлээн зөвшөөрч
С.СЭРЖМЯДАГ, Д.ОТГОНБАЯР, О.УЧРАЛБАЯР
-д
энэхүү ашигтай загварын гэрчилгээ олгов. Ашигтай загварыг
2014 оны 03 сарын 25 өдөр Улсын бүртгэлд бүртгэв

Энэхүү ашигтай загвар нь 2014 оны 02 сарын 25 өдрөөс эхлэн Монгол улсын нутаг дэвсгэрт 07 жил хүчинтэй

ОЮУНЫ ӨМЧИЙН ГАЗРЫН ДАРГА Н. ЧИНБАТ

Улаанбаатар хот



Профессорын семинар

- Монгол хоол, уламжлалт хоол зүй хичээлийн хүрээнд Монголчуудын эрдэм ухааны уламжлал номын зохиолч МУСГЗ эрдэс судлаач Г.Гонгоржав гуайг урьж Монголын уламжлалт хоолны тухай профессорын семинар зохион байгуулав. Үүнд 3 багш 24 оюутан оролцов.

“Монголчуудын цайлах ёсны өв уламжлал” видео контент /2022 он/

- ХҮҮТ мэргэжлийн 3,4 курсын оюутнууд хамтран “MY WAY” мэргэжил сурталчилах видео контентийн уралдаанд амжилттай оролцов.

Инновацийн 7 хоног

Инновацийн 7 хоногийн “Гавал толгой” бүтээл шалгаруулах тэмцээнд 3р курсын О.Хаш-Эрдэнэ, Г.Ням-Очир, С.Мөнх-Очир, Ц.Жаргалдалай нар оролцож Дэд байр эзлэв.

Клубын амжилт

- ШУТИС-ийн “Шилдэг Клуб-2017”
- Зөв зохиостой хоололт клубын ахлагч 2017 оны МОХ-ны “манлайлагч оюутан”
- ШУТИС-ҮТС “Шилдэг клуб-2017”
- Зөв зохиостой хоололт клубын ахлагч, ШУТИС-ҮТС “Шилдэг оюутан”

FOOD SERVICE
БАЯРЛАЛАА