

С. Исломов, К. Обидова,
М.Рӯзиева, Р. Аҳмадҷонова

КАСБУ ҲУНАР

(барои духтарон)



Орошии дастархон





С. Исломов, К. Обидова,
М. Рӯзиева, Р. Аҳмадҷонова

КАСБУ ҲУНАР

(Барои духтарон)

Китоби дарсӣ
барои синфи

6

Ҳайати мушовараи Вазорати маорифи
Ҷумҳурии Тоҷикистон ба ҷои таълиқ кардааст



PLBIADES
PUBLISHING, INC. 19 Ж

ББК 74. 269

И - 16

Исломов С., Обидова К., Рӯзиева М., Аҳмадҷонова Р.
Касбу ҳунар (Барои духтарон), китоби дарсӣ барои синфи 6-ум.
Душанбе. Соли 2004, 128 саҳифа.

Ин китоб дар доираи Лоихаи таҷдиди сектори иҷтимоӣ
тавассути маблағҳои қарзи Бонки Осӣёии Тараққиёт ва
Ҳукумати Ҷумҳурии Тоҷикистон нашр шудааст.

№	Ному насаби хонанда	Синф	Соли хониш	Ҳолати китоб (бахои китобдор)	
				Аввали сол	Охири сол
	Наҷибиддини Селиф				
	Ҳотиева Ситара соли дуҳафтаи дувозда				
	Ҷуфройи Заҳиди мазкур соли 2016				
	Абдувоҳидова Маннона соли 2017				

Муаллимони мӯхтарам!

Хоҳишмандем фикру мулоҳизаҳои худро оид ба
мазмун китоби мазкур ба нишони 734024, ш.
Душанбе, кӯчаи Айни 45, Пажӯҳишгоҳи улуми
педагогии Тоҷикистон ирсол намоед.

ISBN 1 - 931938 - 24 - 3

© "САҲБО" 2004

© PLEIADES PUBLISHING, INC.

МАШҒУЛИЯТҲОИ МУҚАДДИМАВӢ

Хонандагони азиз, меҳнат барои инсон муқаддас мебошад. Ҳар касе, ки вазифаи худро аз хурдсолӣ бошарафона иҷро мекунад, ба хурмату эҳтироми халқаш сазовор мешавад.

Хонандагони синфи 6 ба воситаи ин китоб бо маҳсулоти хӯрокворӣ шиносшавиро давом медиҳанд ва таомҳои гуногун мепазанд.

Санъати таомпазӣ аз қадимулайём ба одамон маълум аст. Ин китоб ба шумо усули тайёр кардани таом, истифодаи оқилонаи он, қоидаҳои ороиш додани таом ва дастархонро меомӯзонад.

Шумо бо мошини дарздӯзии пойӣ, бо нахҳо ва матоъҳои абрешимию пашмӣ шинос мешавед ва аз онҳо буридану дӯхтани либосро меомӯzed.

Ба ғайр аз ин ба саволҳои худ, монанди:

1. Чӣ, кай, кучо?

■ 2. Маслиҳатҳои муфиди қадбону.

! 3. Соҳибхоназан дар назар дошта бошад.

▲ 4. Фикр кун, ҷавоб деҳ, иҷро кун ё соз.

? 5. Саволу супориш ва гуфторҳо.

■ 6. Инро дар хотир доред
ҷавоби қаноатбахш меёbed.

Бо ёрии ин китоб шумоён на фақат дуруст, бо завқи баланди эстетикӣ пухтани таом, кор бо матоъ ва дӯхтанро ёд мегиред, балки масъулият ҳис мекунед. Дар худ ҳислатҳои меҳнатдӯстӣ, сариштакорӣ, сари вақт иҷро кардани корро тарбия менамояд ва коллективона кор карданро ёд мегиред.

Дар вақти кор дар синфхонаи меҳнат, албатта, ба қоидаҳои дохилии синфхона, қоидаҳои санитарияу гигиенӣ ва техникаи бехатарӣ риоя кардан лозим аст.

Талабот ба қоидаҳои санитарияу гигиенӣ ва техникаи бехатарӣ дар вақти тайёр кардани таомҳо: ↙

1. Риоя кардани қоидаҳои техникаи бехатарӣ ва

санитарию гигиенӣ дар вақти пухтупаз шуморо аз фалокат ва маибшавӣ эмин медорад.

2. Пеш аз пухтупаз аввал ошхона ва сипас асбобу анҷоми мавриди истифодаро тоза кардан ва дар ҷои муайян ҷо ба ҷо гузоштан лозим аст.

3. Пеш аз шурӯъ кардан ба кор аввал нохунҳоро гиред, дастҳоятонро шӯед, пешдоман ва рӯймоли сарбандиро тоза ва дарзмол кунед, баъд пешдоманро пӯшида, мӯйҳоро даста карда, рӯймолро ба сар бандед.

4. Барои он ки остини курта ҳалал нарасонад, дар вақти кор нимостини маҳсус пӯшед ё остинро бар занед.

5. Дар вақти истифодаи плитаи газ дучанд эҳтиёт шудан лозим аст, чунки гази баромадаи носӯхта аз як тараф ҳаворо захролуд карда, ба одам таъсири бад мерасонад, аз тарафи дигар агар аланга расад, таркиш рух медиҳад. Бинобар он ҳеч гоҳ ба беҳуда баромадани газ дар ошхона роҳ надихед.



Расми 1
Таҷҳизоти ошхона



Расми 2
Дар вақти таомпазӣ
пешдоман ва сарбан-
дакро пӯшед

6. Агар дар ошхона бӯи газ набошад, аввал ҳавои онро тоза кунед, бодпарворо (форточкаро) кушода, баъд ба гӯшаки газдаргиронӣ диққат диҳед. Агар он дар ҳолати газ намебаромадагӣ бошад, он гоҳ гӯгирд ё асбоби маҳсуси барқии газдаргирониро истифода бурда, газро даргиронед. Алангаи гази даргиронида бояд баробар ва кабудчатоб бошад.

7. Агар аланга зардчатоб ё нобаробар бошад, сӯзишгохро тоза кунед. Агар дуруст нашавад, устои газро даъват намоед.

8. Чои кор ва атрофи газ бояд тоза бошад. Дар вақти пухтани таом плитаи газ бояд зери назорат бошад. Пас аз чӯшидани таом алангаи газро паст кунед ва ба болои газ чизи зудсӯзро нагузored.

9. Пеш аз истифода бурдани зарфҳои тағаш ноҳамвор ба болои газ тағмонаки махсус гузored.

10. Пас аз ба охир расидани пухтупаз, пеш ва баъд аз хӯрдани таом даст ва асбобҳои истифодашударо тоза шӯед.

Савол

1. Аҳамияти риоя кардани қоидаҳои санитарӣ ва гигиенӣ дар чист? 2. Дуруст даргирифтани газро чӣ гуна мушоҳида мекунед? 3. Аҳамияти тоза нигоҳ доштани ошхона, пешдоман, рӯймоли сарбанд, воситаҳои хӯрокхӯрӣ дар чист?

Фикр кун, ҷавоб деҳ, иҷро кун

Барои ороиши хӯришҳои хунук чакка, сирко, рағани растанӣ, чурғот, мурч, кабудихо, шибит, кашниз, райҳон, пиёзи кабуд, қаламфури булғорӣ ва тунд, донаи анорро истифода мебаранд. Онҳоро шумо дар оилаатон барои хӯришҳои хунук чӣ гуна истифода мебаред? Сифати коратонро аз модаратон пурсед. Аз баҳои додашон шумо қаноатмандед ё не?

Маслиҳати муфид барои қадбонуҳо

Барои он ки деғҷаи сирдори нав муддати зиёд хизмат кунад, намақобро дар он чӯшонед (1 қошукча намақ ба 1 л об).

Қоидаҳои техникаи бехатарӣ дар вақти кор бо асбобҳои барқӣ

1. Кор бо асбобҳои барқӣ хавфи калон дорад, чунки он қувваи барқ мебошад. Бинобар ин аз ноқилҳо ва асбобҳои барқӣ худро эҳтиёт кунед.

2. Пеш аз он ки вилкаи плитаро ба васлак (розетка) пайваस्त кунед, диққат диҳед, ки ягон ҷои рӯйкаши (изоляцияи) ноқил хӯрда ва луч нашуда бошад.

Плитаро дар болои тағмонаки зидди сӯхторӣ гузоштан лозим аст, то ки дар вақти сахт тафсидан сӯхтор ба вучуд наояд.

3. Дар вақти пайваस्त ва ҷудо кардани вилка бояд даст хушк бошад ва аз асоси он доштан лозим аст, то ки он ба васлак дуруст дохил шавад. Тавсия карда мешавад, ки аз плитаи спиралаш пӯшида истифода баред.



Расми 3
Плитаи барқӣ



Расми 4
Аз асоси вилка доштан

4. Барои эҳтиёт аз сӯхтор дар вақти таомпазӣ плитаро бе назорат нагузоред ва баъд аз пухтани таом вилкаро аз васлак ҷудо кунед. Сарпӯши дегча ё тобаро, ки дар он маҳсулоти моеъ ҷӯшида истодааст, аз тарафи худатон бо дастпӯшак гиред ва агар дегро аз плита гирифтани шавед, дастпӯшакро истифода баред. Агар дар тоба ё дег равғани доғ бошад, масолехро аз тарафи худ оҳиста гузоред, то ки равғани доғ чарахса накунад.



Расми 5

а, б, д – Ҳама зарфҳоеро, ки таоми гарм мепазед, бо дастпӯшак даст гиред.

в – Дар вақти ҷӯшонидани тухм ва дигар маҳсулот оби дег ё дегҷаи сирдор бояд аз сатҳи он 10–15 см поён бошад.

г – Сарпӯши дег ё дегҷаи сирдори гармро барои насӯхтан бо дастпӯшак аз тарафи худ гирифтани лозим аст.

5. Ҳеч гоҳ зарфҳои тагашон қатшуда ё дасташон шикастаро истифода набаред, чунки дар вақти гирифтани онҳо яклаба мешаванд ё онҳоро аз як дастак ё гӯшаашон саҳт дошта наметавонед. Он гоҳ хӯроки гарми суюқ рехта, шуморо сӯзонданиш мумкин аст.

Ба масолеҳи ҷӯшидаистода қанд, маҳсулоти макаронӣ, биринҷ ва гайраро бо эҳтиёт ва охишта андозед, ки он чарахса накунад ва даст ё рӯятонро насӯзонад.

Савол

1. Барои чӣ қоидаҳои техникаи бехатариро меомӯзанд?
2. Аз чӣ сабаб вилкаро бо дасти хушк ба васлак (розетка) дохил кардан лозим аст?
3. Дар вақти кор бо зарфҳои маҳсулоти моеъдор ва гарм кадом қоидаҳои техникаи бехатариро риоя кардан лозим аст?

! **Соҳибхоназан бояд инро дар назар дорад**

Барои паст кардани сӯзиши ҷои сӯхтагии бадан порчаи докаро гирифта, ба маҳлули перманганати калий (маргансовка) тар карда, ба ҷои сӯхтагӣ гузоред ва аз болояш докапеч кунед.

▲ **Фикр кун, ҷавоб деҳ, иҷро кун**

1. Кадом қоидаҳоро риоя карда маҳсулотро дуруст ба тоба ё деги равғани доғ ё оби ҷӯшидаистода дошта меандозанд?
2. Маҳсулоти хӯроквориро номбар кунед.
3. Дар вақти таомпазӣ ин қоидаҳоро омӯzed, риоя кунед ва дар синфхонаи меҳнат ё дар хонаатон маҳсулотро ба равғани доғ ё оби ҷӯшидаистода андозед. Дурустии коратонро дар хона аз модар, дар мактаб аз муаллим пурсед.

? **Саволҳо барои такрор**

1. Риоя кардани қоидаҳои техникаи бехатарӣ ҳангоми истифодаи зарфҳои ҳархела чӣ аҳамият дорад?
2. Барои аз сӯхтор эҳтиёт шудан кадом қоидаҳоро дар назар доштан лозим аст?

БОБИ I. ТАОМҲОИ МИЛЛӢ ВА ОРОИШИ ДАСТАРҲОН

§ 1. Хусусиятҳои асосии таомҳои миллии тоҷикӣ

Санъат ва илми таббихии халқи тоҷик дар давоми садсолаҳо ташаккул ёфтааст. Ҳар як халқ таомҳои миллии худро дорад, ки онҳо аз таомҳои халқҳои дигар фарқ мекунанд. Хусусиятҳои таомҳои миллии тоҷикӣ дар он аст, ки маҳсулоти гӯшӣ, гӯшти моҳӣ, мурғ, чӯчаро зиёдтар ва ба маҳдудият, вале баъзе намуди ярма (марчумак, чав, чави русӣ), гӯшти мурғобӣ ва ғозро кам истифода мекунанд; аз гӯшти асп қазӣ тайёр мекунанд.

↓ Хусусияти дигари таомҳои миллии тоҷикӣ он аст, ки дар таом мош, лӯбиё, нахӯд, ҷуворӣ, биринҷ, сабзавот (шалғам, турб, каду, лаблабуи сурх, сабзӣ)-ро зиёд истифода мекунанд; дар маҳсулоти хамирӣ – нон, самбӯса, қатлама, лағмон, угро, манту, чак-чак ва ғайра орд бештар ба кор меравад.

Ҳангоми шиносшавӣ бо таомҳои миллии тоҷикӣ ба таомҳои миллии ўзбекҳо ҳам эътибори махсус медиҳем, чунки аксар номҳои таомҳо на фақат ба якдигар монанд ҳастанд, балки тарзи интиҳоби масолаҳо ва тарихи тайёр кардани онҳо ҳам бо ҳамдигар мувофиқ мебошанд.

Сабабҳои ба якдигар монанд будани таомҳои ин ду миллат дар он аст, ки онҳо аз даврони қадим дар ҳамсоғӣ умр ба сар бурдаанд.

Қайд кардан зарур аст, ки тоҷикон авлоди қадимтарини ориёӣҳо – халқи маҳаллӣ буданд, дар ҳудуди Тоҷикистони имрӯза аз замонҳои хеле қадим зиндагӣ мекарданд ва таомҳои болаззати ба худ хос доштанд.

Дар оташ, об, буг пухтани маҳсулот аз қадимулайём маъмул буд ва ба мо ҳамчун мерос боқӣ монда, паҳн гардидааст. Агар сиккабоб дар оташ, манту дар буг, таоми

1-ум дар об чӯшонда ва дам дода пухта шавад, маҳсулот нарму мулоим ва таом бо осонӣ ҳазм мешавад.



a



б



в

Расми 6

Таоми дар буг (а), об (б), оташ (в) пухтагӣ

Чӯшондан ва дам дода пухтани таом аҳамияти санитарӣ дорад, чунки дар ҳарорати баланд микробҳо маҳв мешаванд ва моддаҳои захрнокӣ дар баъзе маҳсулот мавҷудбуда аз байн мераванд.

Дар мо тарзи дар буг пухтани манту, тушбера, дӯлма, барракабоб хеле маъмул гаштааст. Ин тарзи пухтан талафи моддаҳои гизоиро кам карда, шакли таомро вайрон намекунад. Намаки ба об андохташуда таомро тезтар мепазонад, чунки намак ҳарорати бугро баланд мекунад.

Баъзе таомҳоро, монанди самбӯсаҳои алафӣ, кадугӣ, гӯштӣ ва гайраҳо, нон, танӯркабобро дар танӯри маҳсус мепазанд, ки таъми хос доранд.

Барои пухтани сихкабоб, қимакабоб дар кӯра ангишт рехта, оташ мегиронанд ва мепазанд.

Яке аз хусусиятҳои таомҳои тоҷикӣ дар он аст, ки масолахро дар вақти коркарди гармӣ дар деғҳои чӯянӣ, мантупазак, оташи кӯра ва танӯр мепазанд. Дар ин вақт таоми тайёр таъми маҳсуси нотакрор ва бӯи хуш пайдо мекунад. Дар вақти пухтани таом дар буг таомҳо таркиби

биологии худ – намакҳои минералӣ, витаминҳоро нигоҳ медоранд, гӯшти маҳин ҷӯшида хуштаъм мешавад. Бисёр таомҳои тоҷикиро бо пиёз мепазанд ва ба онҳо хӯришҳои махсус: кабудӣ, чургот, қаламфури сурх ва тунд, зира, зирк, бодӣён, заъфарон, кашниз, шибит, чаъфарӣ, пудина, райхон, пиёзи кабуд, шилха ва ғайраро майда карда ҳамроҳ мекунанд.

Барои бирён кардани маҳсулот ба ҷои қиёми помидор (томат) помидори тару тозаро истифода мекунанд. Помидорро барои ороиши таомҳои яқум ва тайёр кардани хӯришҳои низ истифода мекунанд. Ба таомҳои чакка, чургот, қаймоқ низ меандозанд. Хусусияти фарқкунандаи таомҳои миллии яқум он аст, ки дар онҳо гӯштро истифода мекунанд ва он таркиби гизоии таомро беҳтар мегардонад.

Ба таомҳои дуҷум хӯришҳои аз сабзавоти тару тоза, донаи анор, ревоҷ, турб ва ғайра тайёркарда алоҳида дода мешаванд. Дар ошхонаҳои миллии хусусиятҳои махсуси додани таоми тайёр ва ороиши дастархон боқӣ мондааст.

Барои таомхӯрӣ ҷои махсус тайёр мекунанд; дар атрофи хонтахта кӯрпача мепартоянд ва ба болои он дастархони тоза меандозанд. Ҳоло дар ҳамаи хонадонҳо, алалхусус дар вақти пешвозгирии меҳмонон ва тӯю сур аз мизу курсиҳо истифода мекунанд.

Хотиррасон мекунем, ки тоҷикон аз қадимулайём ба таом, алалхусус ба нон ҳамчун неъмат ҳурмату эҳтиром



*Расми 7
Оши угрои гелакдор*

доштан. Нонро партофтан ва ё ба замин афтондан мумкин нест. Онро ба дастархон чаппа намегузоранд ва бо ду даст охиста мешикананд. Агар нонреза шавад, гирифта ба даҳон меандозанд. Баногоҳ нон ё нонреза ба рӯи кӯрпача, гилем ё фарши хона афтад, онро гирифта ба чашм мемоланд, ки ин маънои басо азиз доштани нонро дорад.

Нӯшокии дӯстдоштаи тоҷикон чой мебошад, алалхусус чойи кабуд. Ҳеч гуна қабули меҳмон ё вохӯрии дӯстон ё сӯҳбат оростан бе як пиёла чойи гарм намегузарад. Ватани чойи кабуд Хитой мебошад; онро аз асри VII боз истеъмол мекунанд.



Савол

1. Санъати таомпазии тоҷикон чӣ хел хусусият дорад?
2. Кадом масолеҳи хӯроквориро дар ошхонаи тоҷикӣ истифода мебаранд?
3. Нӯшокии дӯстдоштаи тоҷикон кадом аст?



Фикр кун, ҷавоб деҳ, иҷро кун

Гӯед, ки хурмату эҳтироми тоҷикон нисбати нон чӣ гуна аст? Хурмату эҳтироми нонро худатон ва аъзои оилаатон чӣ хел ба ҷо меоред?



Маслиҳати муфид

Барои ба муддати дароз шах нашудани нон, онро дар зарфи сирдори сарпӯшдор нигоҳ доред.

§ 2. Ороиши дастархон

Ороиши дастархон якчанд намуд дорад: ҳаррӯза, тантанавӣ, барои рӯзи таваллуд, идона ва ғайра.

Барои ороиши дастархони ҳаррӯза ба рӯи мизи хӯрокхӯрӣ дастархон, аз таги он клеёнка паҳн мекунанд, то ки дар рӯи миз изи зарфҳои тафсон боқӣ намонад ва сатҳи дастархон тахт бошад.

Дар миёнаҷои миз намакдон, мурчу қаламфур, сирко,

хардал (горчитса), нон мегузоранд. Табақчаҳои хурдро дар як хел масофа гузошта, аз тарафи рости он корду қошук ва аз тарафи чапаш чангак (вилка) мемонанд, қошук ва чангакро рӯ ба боло мегузоранд.

Агар ҳамроҳи таом хӯрише пешбинӣ шуда бошад, пас ба рӯи он қошуки умумӣ истифодашаванда мегузоранд. Бо ин қошук фақат хӯришро ба табақчаҳои худ гузошта, баъд қошукро боз ба болои хӯриш мемонанд, то ки дигарон ҳам истифода баранд.

Дар хотир доред, ки бо қошуки худӣ таоми барои умум гузоштаро намегиранд.

Сачоқчаҳои матоиро ба шакли секунча, китобча, бодбезакшакл, бодбоншакл ва ғайра тайёр карда, ба даруни табақчаҳои алоҳида барои ҳар кас гузошташуда таҳ карда мемонанд. Сачоқчаҳои қоғазӣ қулай ва ба талаботи гигиенӣ пурра ҷавобгӯ мебошанд, бинобар ин онҳоро ба даруни истакон ё гулдони махсус монда, дар миёнаҳои миз мегузоранд. Бо ин сачоқчаҳои қоғазӣ даст, лабу даҳонро пок карда, ба табақчаҳои истифодашуда мегузоранд. Сачоқчаҳои матоиро барои аз резиши таом эҳтиёт кардани зону мегузоранд. Баъди ба охир расидани таомхӯрӣ бо ин сачоқчаҳо лабро пок мекунанд ва онро ба болои миз дар назди табақчаи истифодашуда ба шакли секунча, чоркунча ё росткунча таҳ карда мемонанд.

Дар шароити хона ҳам ороиши дастархон гуногун мешавад. Барои наҳорӣ, хӯроки нисфирӯзӣ, шом, рӯзҳои тантанавӣ ё таклифи меҳмонҳои кам ва ғайра коидаҳои одобу рафтор дар гирди дастархонро дар назар дошта, онро риоя кардан лозим аст.

Ороиши дастархон маъноӣ ба рӯи миз густурдани дастархон, гузоштани асбобу анҷоми зарурӣ: қошук, корд, чангак, қошукчаҳо ва ғайраро дорад. Дар вақти ба дастархон додани ширавориҳо, мевачот, чой ва хӯришҳо талаботҳои дар дастархон дуруст гузоштани онҳоро риоя кардан ва баъди истеъмоли таом дастархонро тоза кардан лозим аст.



Расми 8
Ороиши дастархон

Таом ба дастархон пайиҳам дода мешавад. Аввал чой, ширавориҳо, нон, маҳсулоти хамирӣ, маҳсулоти ширӣ, баъд таомҳои гарм ва барои таомро ба охир расонидан боз чой дода мешавад. Таоми гармро дар табақчаҳои калон ё табақҳои дарозрӯя (байзашакл) медиҳанд ва ҳар як узви оила мувофиқи табиӣ худ аз он ба табақчаҳои худ чудо карда мегирад.

Чойро дар чойники чинӣ дам мекунанд ва ба он чойникпӯшакро пӯшонда, онро якҷоя бо пиёлаҳо ва ширавориҳои миллӣ, мураббо, қанд, кулчаҳои қандин, самбӯса, меваҷоти хушк: гӯлинг, мавиз, чормағз, бодом ва ғайра дар қанддон ё табақчаҳои махсус гузошта, ба рӯи лаълӣ монда ба сари миз меоранд.

Дар дастархон, албатта, сачоқчаҳои матоӣ (газворӣ) ва когазӣ гузошта мешаванд. Барои боз ҳам зеботар шудани

дастархон сачоқчаҳои матоиро ба ягон шакли дилхоҳ таҳ карда, ба болои табақчаҳои барои хӯриш пешбинишуда гузоред.

Барои ороиши дастархони хӯроки нисфирӯзӣ асбобҳои зиёдтар истифода мешаванд. Бинобар ин табақчаҳо, истаконҳо, кабудихо, қаламфур, мурч, намак ва ғайраро барвақтар мегузоранд.

Аввал чой, шираворихо, хӯришҳо, баъд баъзе асбобҳоро гундошта, таоми якумро медиҳанд. Таоми якумро



Расми 9

Бо чангак хӯрдани таом



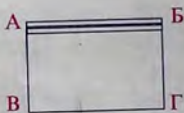
Расми 10

Бо корд бурида, бо чангак хӯрдани таом

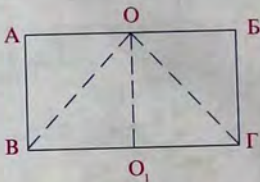
барои ҳар як кас дар коса медиҳанд. Гӯшти пухтагӣ, сабзавот – картошка, шалғам, сабзӣ ва ғайраро дар табақҳои алоҳида ба дастархон мегузоранд. Ба миз кабудии реза карда, чакка ё чурғот ва хӯришҳоро низ мегузоранд. Таоми дуюмро (агар шашлик, кабоб бошад) дар вақти муқарраршуда алоҳида ба дастархон медиҳанд.

Қоидаҳои таҳқунии сачоқчаҳо

1. Бодбезакшакл. Сачокро дуқат карда, тарафи рӯсташро рӯи кунед ва аз як нӯғаш гирифта ба тарзи чин-чин 5 – 6 қат кунед, боқимондашро баръакс, яъне нӯғи дигарашро ба тарфи чап чин-чин қат карда ба рӯи табақча гузоред.



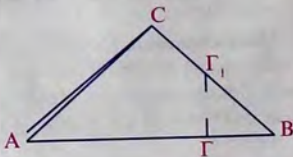
2. **Мушакшакл (ракеташакл).** Сачоқчаро дуқат кунед, баъд тарафи рогашро рӯ карда, ба тарафи дарун ба шакли секунҷа аз нуқтаи А ва Б ба О қат кунед ва онро рост ба рӯи табақча гузоред.



3. **Бодбоншакл.** Сачоқчаро ба гирди даст ва ангуштон кифшакл давр занонда, баъд қисми поёнашро ба боло қат карда ба табақча гузоред.

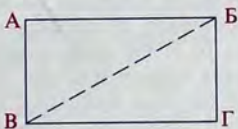


4. **Шамъшакл.** Сачоқчаро ба шакли секунҷа қат карда нуқтаи АВС ҳосил кунед ва нуқтаи В-ро то $\Gamma\Gamma_1$ қат карда.

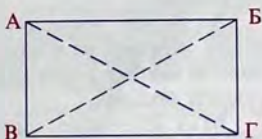


ба тарафи ростшуда печонед, баъд нӯги тези онро ба пеш нигаронида рост гузуред

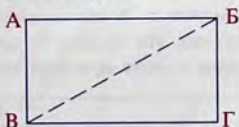
5. Пӯпакшакл. Сачоқчаро чоркват карда, як қаташро ба шакли секунҷа таҳ кунед.



6. Қандшакл. Сачоқчаро чоркунҷа карда, ду нӯгашро қат кунед.



7. Секунҷашакл. Сачоқчаро чоркунҷа карда, як нӯгашро аз нуқтаи В ба шакли секунҷа меорем.



§ 3. Ороиши дастархони идона

Ороиши дастархони идона, тантанавӣ мураккабтар аст. Барои ин вобаста ба шумораи одамон мизу курсиҳо гузошта мешаванд.

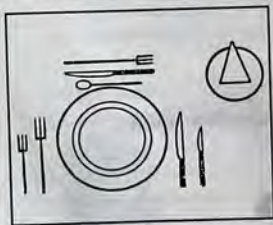
Мизҳоро вобаста ба ҷой ба шакли “Т”, “Г”, “П” ва ғайра мегузоранд. Барои соҳибҷашн ва меҳмонони фахрӣ



дар чои ба ҳама намоён чо тайёр мекунанд! Ба рӯи мизхо аввал клеёнка ва аз болои он дастархони сафед мепартоянд. Баъд ба болои он хӯришҳо, сачокчаҳои қоғазӣ ва барои ҳар як кас табақчаҳо, қошук, чангак, корд, қадах, истакон ва сачокчаҳои матоиро ба шакли ба рӯзи ид мувофиқ (бодбоншакл, бодбезакшакл, шамъшакл ва гайра) таҳ карда, ба болои табақчаҳои пеши ҳар кас мегузоранд. То омадани меҳмонон ба рӯи миз гул, мевачот, шираворихо, хӯришҳои сард, нӯшокиҳо, нон мегузоранд. Барои ҳар як кас табақчаҳои миёна (барои хӯриш), майда (барои пирог) дода мешавад. Асбобу анҷоми хӯрокхӯрӣ – қошук, чангак, корд, қошукчаҳо барои шираворӣ, қахва, чойро ба тартиб мегузоранд.

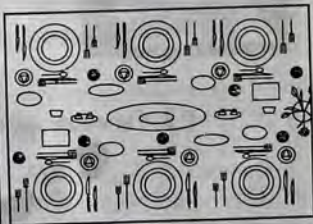
Аз тарафи рости табақчаи хӯриш корд (дамаш ба тарфи табақча) ва қошук (рӯ ба боло), аз тарфи чапи табақча чангаки калон ва чангакчаи десертӣ (рӯ ба боло) гузошта мешавад.

Баъд аз пешвоз гирифтани, чо ба чо шинонидани меҳмонон дар вақти муайян дар табақҳо ё алоҳида хӯриш ва таомҳои гармро медиҳанд. Баъд аз хӯрдани таом тарбуз, чой, шираворихо дода мешаванд. Дар ин маврид ба меҳмонон 5 – 6 хел таоми сард ва 2 – 3 хел таоми гарм дода мешавад. Ин таомҳо ба сари ҳар кас ба миқдори $\frac{1}{4}$ ё $\frac{1}{2}$ ҳиссаи порсия мувофиқ меояд. Санъати таомпазии милли



Расми 11

Нақшаи ҷобачогузори асбобҳои хӯрокхӯрӣ



Расми 12

Тарзи ҷобачогузори асбобҳои хӯрокхӯрӣ

на фақат таркиби баланди таомҳо, инчунин ороиши хуби таомҳо низ дар бар мегирад. Он на фақат мизро ороиш медиҳад, балки иштиҳоро низ мекушояд.

Таомҳо аввал ба назди калонсолону меҳмонони фахрӣ ва баъд аз тарафи дасти рост сар карда ба назди дигар нишастагон мегузоранд. Асбобҳои мавриди истифода бояд якхела бошанд. Асбобҳои изофаро дар вақташ гирифтани, табақчаҳои ифлосро бо табақчаҳои тоза иваз карда истодан лозим аст. Нӯшокиҳо илова мегузоранд, дар вақтҳои муайян чой дода истодан лозим аст. Асбобҳо дар вақти ноилочӣ иваз бояд кард.

Роҳбаре, ки барои танзими таом ва нӯшокиҳо вазифадор аст, бояд ба меъёри муайян гузоштани онҳо аҳамият диҳад. Барои меҳмонҳои деромада як қисми мизро ҳолӣ гузоштан лозим аст. Барои ҳофизон, баранда ва гайраҳо чои муайян ҷудо ва тайёр бояд кард.

Мақсади ороиши дастархон намоиши хуб, зебоии мизи таомхӯрӣ ё чойнӯшӣ аст. Ҳар як шахс метавонад дастархонро мувофиқи таъби худ ороиш диҳад. Бинобар ин барои як оила (6 ё 12 кас) воситаҳои хӯрокхӯрӣ зарур аст.

Воситаҳои хӯрокхӯрӣ барои 6 нафар: ✓

1. Табақи чуқур – 6 - то
2. Табақи майда – 6 - то
3. Табақчаи хӯриш – 6 - то
4. Табақча барои пирог – 6 - то
5. Қошуқи махсус барои гирифтани хӯриш – 1 - то
6. Хӯришдон – 2-то
7. Табақча ё коса барои таоми суюқ – 6 -то
8. Қайладон – 1 - то
9. Табақи мудаввар – 1 - то
10. Табақчаи байзашакл – 1 - то
11. Коса барои таоми суюқ бо табақчааш – 6 - то
12. Мурчдон, намакдон, хардал, сирко – 1 - то
13. Сӯроҳӣ барои об – 1 - то
14. Сӯроҳӣ барои афшураи мевачот – 1 - то
15. Қадаҳ – 6 - то

16. Чом – 6 - то
17. Корд, чангаки хӯрокхӯрӣ ва десертӣ – 6 - то
18. Дастархон – 1 дона
19. Сачоки матой – 6 - то

§ 4. Риоя намудани маданияти хӯрокхӯрӣ ва қоидаҳои нишастан дар сари мизи хӯрокхӯрӣ

Дастархони ородода касро ба тановули бомаънию ботартиб, истифодаи дурусти асбобҳои таомхӯрӣ одат мекунонад.

Худро барои дуруст дар сари миз нишастан ва ҷӣ гуна бо асбобҳои таомхӯрӣ (қошук, чангак, корд ва ғайраҳо) муносибат кардан одат кунондан лозим аст.

Дар сари миз рост шинед, беодобӣ накунед, курсиро чунбонда ба шахси дар паҳлӯягон нишаста ҳалал нарасонед, бо дастархон ва пӯпакҳои он бозӣ накунед, чунки агар якбора ғалтед, ҳамаи асбобҳо ва таомҳои гарм ба болои худатон ё шахси дар паҳлӯягон нишаста мерезад.

Ҳеч гоҳ кордро ба даҳон наандозед, чунки забон ва лабатонро мебурад, бинобар ин бо корд таом хӯрдан мумкин нест. Бо чангак дандон тоза накунед, ки даҳон, забон, лабро сӯроҳ карданаш мумкин аст. Дандонро бо дандонхилол (ҷӯбчаи дандонтозакунӣ) тоза кунед. Дар назди меҳмонон дандон тоза кардан манъ аст. Умуман дандонро бо сӯзан, ресмон тоза намекунанд, чунки милки дандонро мебурад ва хуншор мекунад. Баъди аз ҷой хеста рафтани даҳонро бо оби гарм ва агар лозим шавад, бо оби содаи нӯшокидор чайкунед.

Қимакабоб (котлет), гелаккабоб, моҳӣ, сабзавоти ҷухтагӣ, тухмбирён ва ба онҳо монанд таомҳоро бо чангак қисм-қисм майда карда истеъмол мекунанд. Агар таоми дуҷум, масалан гӯшти яклухт бо гарнираш дода шавад, он гоҳ кордро дар дасти рост ва чангакро дар дасти чап медоранд. Гӯштро бо чангак дошта, бо корд мебуранд. Дар

ин вақт чангакро моил нигоҳ доред. Агар чангакро рост, яъне амудӣ нигоҳ доред, он гечида, хамаи таом ба рӯи миз мерезад. Гӯштро бо чангак моил дошта, бо корд кам-кам буред. Он гоҳ таом тез хунук намешавад ва сифаташро нигоҳ медорад. Дар ин ҳолат гӯштро бо чангак бо дасти чап мехӯранд. Бояд ҳар кас ба табақчаи дар пешаш гузошта таомро аз зарфи умумӣ ба воситаи асбобҳои махсус – қошук, чангак, корд (шаклашон фарқ мекунад) гирад, ки ин риоя кардани одитарин қоидаи гигиенӣ мебошад. Дар вақти таомхӯрӣ ба талаботи зерин риоя кунед: таомро нағз, саросема нашуда хоед, нарезонда, хушрӯй ва беовоз хӯред, ки ин бомаданиятии шуморо нишон медиҳад.

Дар қаҳвахона ва тарабхонаҳо барои тайёр кардани таомҳо касбҳои таббох (ошпаз), қаннод (пазандаи шираторихо, печенье, торт), нархгузор (номгӯй, нарх, микдор ва ҳаҷми таомро муайян мекунад), чошнигир (сифати таомро месанҷад), пешхизмат (таомро бомаҳорат ба рӯи миз гузошта, таъби таомхӯрандари хуш мегардонад) мавҷуданд.

Агар шумо доир ба чунин касбҳо маҳорат ва малака ҳосил кунед, албатта, таоматон болаззату ғоидабахш ва дастархонатон доим зебою ораста мешавад.



Савол ва супориш

1. Аҳамияти ороиши дастархони миллӣ бо истифода аз асбобу анҷоми хӯрокхӯрӣ дар чист?
2. Кадом қоидаҳои дар миз гузоштани корд, қошук, чангак ва қошукча, чангаку корди десертӣ ва ғайраро медонед?
3. Вазифаи сачоқчаҳои матой ва қоғазиро гӯед.
4. Кадом намуди таҳкунии сачоқчаҳо ба шумо маъқул аст?



Соҳибхоназан бояд инро дар назар дорад

Дар вақти қабули меҳмон бояд хона ва либос тозаю ораста, мӯй шонакардагӣ, рӯй ва абрӯвон ороиш дода



а

б



в

Расми 13 а, б, в
Ороиши рӯи хӯришҳо

шуда бошад. Меҳмонро бо чехраи хандон ва кушод пешвоз гиред. Дар сари миз дар давоми сӯҳбат агар меҳмоне хатогӣ содир кунад ё асбоберо афтонда шиканад ё таомро резонад, ягон саволи бечо диҳад, шумо ба ӯ бо овози баланд, дағалона ҷавоб надихед, ки дили дигар нишастагон меранҷад. Бо мулоимӣ, оромона, бо чехраи кушод, боодобона ҷавоб диҳед, то ки давоми сӯҳбат бо хурсандӣ гузарад.

Масолехро барои хӯришҳои сард бо пӯсташ дар об ҷӯшонед. Дар ин ҳолат ҳамаи витаминҳо ва моддаҳои шифобахш нигоҳ дошта мешавад.

Супориш

Хӯриши винегрет ва оливйеро дар хона тайёр кунед.
1. Қаймоқ, майонез ё равғани пок ва намакро ба хӯришҳои оливиё ва винегрет чанд соат пеш аз ба рӯи миз гузоштан меандозанд.

2. Ба хӯриш пеш аз ба миз гузоштан қаймоқ, кабудӣ, намак, лаблабуи сурх ва ғайраро илова карда, аз модаратон хоҳиш кунед, ки ба сифати ин хӯришҳои тайёркардаатон баҳо диҳад. Баҳои додашон шуморо хурсанд кард ё не?

§ 5. Шир ва маҳсулоти ширӣ

Илм доир ба шир аз омӯхтани таркиби биологии шир ва маҳсулоти ширӣ сар шудааст. Физиологи рус Иван Петрович Павлов гуфтааст: "Шир таоми тайёрест, ки табиат офаридааст". Ва шир аз дигар таомҳо сабуктар ва зудҳазм мебошад. Қадом таомеро пазем, аз таркиби биологии шир зиёд таом пухта наметавонем.

Олим, файласуф ва шифокори бузург Абӯалӣ ибни Сино гуфтааст, ки ширро бояд бачаҳо, калонсолон, беморон ҳар рӯз ақаллан як ё ду пиёла ва зиёдтар нӯшанд. Шир барои организм шифо мебошад. Он кори узвҳои босира, сомеа, зоиқа, эҳсос, нафаскашӣ, дил, асаб ва фишори хунро мӯътадил мегардонад, барои сабзиши устухон мадад мерасонад, аз касалии пӯст ва касалиҳои гузаранда эмин нигоҳ медорад ва ғайра.

Шир яке аз қиматбаҳотарин маҳсулоти хӯрокворӣ мебошад. Дар табиат мисли шир маҳсулотеро пайдо кардан душвор аст, ки қариб сад ҳел моддаи қиматбаҳо ва барои организми инсон зарурӣ дошта бошад. Дар таркиби шир аз моддаҳои шифобахш сафеда, равған, фермент, қанд, витаминҳои дар об ва дар равған ҳалшаванда, намакҳои минералӣ, об ва ғайра мавҷуданд.

Аз сабаби он ки дар таркиби шир моддаҳои барои

организм муфид зиёданд, онро барои таоми парҳезӣ ва хӯроки бачагон истифода мебаранд ва он бо ҳеҷ чиз иваз карда намешавад.

Дар комбинатҳои шири хозиразамон коргарони дорои чунин ихтисосҳо кор мекунанд: тайёркунандаи маска, панир, устои шир, қаймоқ, творог, ҳама намуди чургот, яхмос ва гайра. Аппаратчиён барои фурӯш шири киём ва шири хушк тайёр мекунанд. Ҳамаи ин амалҳо автоматӣ буда, бе расонидани даст иҷро карда мешаванд.

Дар вақти пастеризатсияи шир (80 – 85°) ҳамаи моддаҳои фойданок боқӣ мемонанд. Шири дар шиша ва қоғазхалтачаҳои махсус баровардаи комбинатро наҷӯшонидани истеъмол кардан мумкин, аммо шири дар флаги оварда ё аз бозор харидаро ҳатман бояд ҷӯшонд, то ин ки баъзе микробҳои зарарнок нобуд шаванд.

Ҷадвали 1

Массаи баъзе масолах бо г

Масолах	Истақон, 250 г	Қошукҳо		Дона
		қошуки ошхӯрӣ	қошукча	
1. Қаймоқ, майонез	250	25	10	–
2. Об, шир	250	15	5	–
3. Маска	240	20	5	–
4. Равгани растани	225	16 – 18	4 – 5	–
5. Кашк	200	25	10	–
6. Шакар	200	25	10	–
7. Сирко	–	15	5	–
8. Тухм	–	–	–	–
9. Намак	325	30	10	1 дона – 46 г

Дар истеҳсолот ва шароити хона аз шир намудҳои зиёди маҳсулоти шириро ҳосил мекунанд. Дар шароити хона аз шири турш, вақте ки ба ҷӯшидан сар кард, творог ҳосил мешавад, онро зиёд ҷӯшонидан мумкин не, чунки ба ҷои творог обаш зиёд мешавад. Ба шири ҷӯшида, гармиашро паст карда, сафедӣ (ба 1 л як қошукча), як

микдор чургот, каймоқ ё як бурида нон меандозанд. Баъд онро омехта карда 4 – 6 соат зиёдтар дам медиҳанд ва чургот ҳосил мешавад. Баъди хунук шудан онро ба халтаи матоӣ андохта овозед, обаш мечакад ва чакка ҳосил мешавад ва ғайра.

Сифати маҳсулоти шириро аз рӯи намуди зоҳирӣ, ранг, бӯй ва мазааш бо осонӣ муайян кардан мумкин аст. Маҳсулоти ширии вайроншуда бӯи ҳоси ғализ дорад, рангаш дигар, мазааш турш ё талх мешавад. Шир ва маҳсулоти шириро дар яхдон нигоҳ медоранд. Қоида ва талаботи вақти нигоҳдории онҳоро риоя кунед.

Ҷадвали 2

Вақти нигоҳдории шир ва маҳсулоти шири

Маҳсулот	Вақти нигоҳдорӣ дар ҳарорати аз +4 то +8°C
1. Шир хом	20 соат
2. Маҳсулоти ширии турш	24 соат
3. Творог	36 соат
4. Қаймоқ	72 соат
5. Панир	аз 5 то 15 шабонарӯз
6. Маска	5 шабонарӯз
7. Равғани зард	15 шабонарӯз

Ширро дар зарфи саркушода, дар назди оташ ё дигар маҳсулот – моҳӣ, пиёз ва ғайра, ки бӯи гуногундоранд, нигоҳ доштан мумкин нест, чунки шир бӯйро тез ба худаш мегирад.

Шир ва маҳсулоти аз он ҳосилшавандаро боэҳтиёт истифода баред, чунки то ба дасти аҳоли расидани он меҳнати бисёр сарф шудааст. Ба қадри меҳнати коркунони хоҷагии қишлоқ – чӯпонон, говчӯшон, механизаторон, коркунони комбинати шир, нақлиёт, фурушандагон ва дигарон расед. Агар шир турш шавад, аз он творог, оладӣ, чалпакча пазед ё онро ба хамир андозед, аммо ҳеч гоҳ исроф накунад.

Маҳсулоти аз шир ҳосилшаванда

Маска маҳсулоти хӯроквории қиматбаҳо, сергизо ва пурқувват мебошад. Бӯй, ранг, мазаи хос дорад ва зудҳазм аст. Дар таркиби маска фосфолипидҳо, витаминҳои дар равған ҳалшаванда (А, Д, Е), каротин, моддаҳои минералии барои организми одам зарурӣ мавҷуд аст.

Творог яке аз қадимтарин маҳсулоти ширӣ мебошад. Он таоми сергизо ва ғоидабахш аст ва ҳосияти парҳезӣ дорад, бинобар ин онро барои бисёр одамон – хурдсолон, калонсолон ва шахсони гирифтори бемориҳои рӯдаю меъда, дил ва системаи асаб тавсия медиҳанд.

Дар таркиби творог ба миқдори зиёд фосфор, калсий, сафеда, витаминҳо, аминокислотаҳо, равған, об ва дигар моддаҳо мавҷуданд.

Чурғот таоми парҳезӣ, ғоидабахш, таскинбахш ва лаззатбаранда мебошад. Онро ҳама, алалхусус барои ҳосил кардани қувват дар вақти камхунӣ, касалии меъдаю рӯда ва ғайра истифода мебаранд.

Ҷадвали 3

Намуди таомҳо ва номи онҳо

Намуди таомҳо	Номи таомҳо
1. Таоми суюқ	Шир, атола, угрои ширдор, қурутуб, ширравған, таом бо ярма ва маҳсулоти макаронӣ
2. Шавла Таоми творогӣ	Кашкӣ, биринҷӣ ва дигар намудҳои ярма. Панирча, запеканка, фиринӣ, печенӣе, пирог, творог бо шир ва бо каймоқ
3. Қайла (хардал) ва хӯриш	Қайлаи ширдор, каймоқдор, хӯриши каймокин ва бисёр хӯришҳои сабзавотӣ
4. Таоми ширӣ ва нушоқиҳо	Фиринӣ, кремҳо аз шир, яхмос, коктейл, ширҷой, полудайи ширдор
5. Маҳсулоти хамирӣ	Бараки творогӣ, чалпакча, кӯймоқ, пирог, кулчаи творогӣ, чак-чак, хамирҳои мунту, тушбера, угро, самбӯса ва ғайра

Аз шир бисёр маҳсулоти ширӣ ба монанди сливка, маска, панир, каймоқ, творог, намудҳои гуногуни чурғот, йогурт, мост ва ғайра ҳосил мекунанд, ки инҳо барои организми одам шифобахшанд.

Шир маҳсулоти зуд вайроншаванда мебошад, бинобар ин онро дар дегҷаҳои махсуси сирдор ҷӯшонед. Он дамиши ширро нигоҳ медорад. Барои муддати зиёд нигоҳ доштани шир ба он як пора қанд меандозанд ва болаяшро напушида хунук мекунанд.

Агар таги шир сӯзад, онро ба дигар зарфи сирдор андозед ва ба оби хунук гузошта, бо нӯги корд як миқдор намак андозед. Он бӯи шири сӯхтагиро мегирад.

Дониستاني талабот ба таоми тайёр зарур аст.

Ҳамаи таомҳои суюқ, шавлаҳо, қайлаҳо бояд ранг, бӯй, мазаи шир дошта бошанд ва мувозинати масолах дар онҳо ба ҳамдигар мувофиқ бошад; монанди таоми якум – суюқ, шавлаҳо, ё камтар часпак бошанд. Қайла нимсуюқ бошад ва дар он орди ба якдигар часпида (кулӯлашуда) ва таъми дигар масолах набошад.



Савол

1. Чаро маҳсулоти ширӣ ба организми одам фоидаовар аст?
2. Дар истехсолот аз шир кадом намудҳои маҳсулоти шириро истехсол мекунанд?
3. Кадом таомҳои шириро медонед?
4. Сифати маҳсулоти шириро аз рӯи ҷӣ муайян мекунанд?



Фикр кун, ҷавоб деҳ ва соз

Аз гуфтаҳои боло истифода бурда аз шир барои ҳар як узви оила чурғот тайёр кунед. Дастархон ороиш диҳед ва аз аъзои оила хоҳиш намоед, ки ба маҳсулоти тайёркардаатон баҳо диҳанд.

Маслиҳати муфид

Бисёр соҳибхоназанҳо зарфи ширчӯшонидаро бо оби бисёр гарм мешӯянд. Аз таъсири оби гарм боқимондаи шир дар девораҳои зарф ба моддаи часпак мубаддал мешавад, ки зарфро пурра тоза карда наметавонед. Зарфи ширчӯшонидаро аввал бо оби хунук ва баъд бо оби гарм шӯед.

Дар хотир доред

Витаминҳои А, Д, Е дар равған ва витаминҳои С, В1, В12, РР ва гайраҳо дар об ҳалшаванда мебошанд. Талаботи солона ба шир ва маҳсулоти ширӣ барои ҳар як кас 332 кг-ро ташкил медиҳад.

Талаботи солона ба тухм барои ҳар як кас 265 дона аст.

Ҷадвали 4

Миқдори моддаҳои ғизоӣ дар 100 г маҳсулот

Номи маҳсулот	Тахминан дар 100 г маҳсулот		
	сафела, %	равған, %	ангиштов, %
Шир ва маҳсулоти ширӣ	3,3	3,2	4,5
Творог	11 - 16,8	0,5 - 18	1 - 3,5
Панир	18 - 25	18 - 60	3 - 3,2

Қоидаҳои санитарии гигиенӣ дар вақти таомпазӣ

1. Дар вақти кор бо хӯроквориҳо қатъиян риоя кардани қоидаҳои санитарии гигиенӣ аҳамияти калон дорад. Агар ин қоидаҳоро риоя накунед, ба захролуд шудани таом оварда мерасонад.

2. Агар мӯҳлати нигоҳдории маҳсулот ва таомҳои тайёрро риоя накунед ва меъери ҳарорати нигоҳдории онҳоро вайрон кунед, барои истеъмол нобоб мешаванд.

Маҳсулоти зуд вайроншаванда – маҳсулоти ширӣ, гӯшт, моҳӣ ва ғайраро дар яхдон дар ҳарорати муайян нигоҳ доштан лозим аст. Мӯҳлати нигоҳдории маҳсулотро ба назар гиред.

3. Дохилшавии микробҳо ба маҳсулот ва таомҳо хавфи калон дорад. Бинобар ин болои онҳоро пӯшед, то ин ки ба онҳо пашша, магас ва дигар ҳашарот нанишинанд ва ба пайдоиши онҳо роҳ надихед.

4. Барои нест кардани микробҳои дар маҳсулот буда онҳоро тоза шустан лозим аст, хусусан маҳсулоти хоҷро.

Маҳсулоти хӯроквориро нашуста истифода набаред. Дар вақти тайёр кардани таом ва истеъмоли он дастҳоро тоза шӯед, чунки дар кафи даст микробҳо мавҷуд буданашон мумкин аст.

5. Таомҳоро агар дуруст интиҳоб ва қоидаҳои нигоҳдории онҳоро риоя накунад, хавфнок мешаванд.

Маҳсулоти дар таркибашон карами намакин буда, компот ва монанди инҳоро дар зарфҳои алюминӣ, оҳанӣ, мисӣ пухтан ва нигоҳ доштан мумкин нест.

Маҳсулоти консерв кардашудаи дар қуттиҳои тунукагии саркушод буда хеле хатарноканд. Бинобар ин онҳоро ба дигар зарфҳои шишагӣ ё сирдор гузошта, мӯҳлати нигоҳдориашонро қатъиян риоя кунед.



Савол

1. Сабаби риоя кардани қоидаҳои санитарӣ ва гигиенӣ дар чист?
2. Дар кадом вақт таом хатарнок мешавад?
3. Микробҳо чӣ хел ба таом дохил мешаванд?



Маслиҳати муфид

Барои он ки зарфи сирдори навро мӯҳлати зиёд истифода баред, онро ба оби намакдор (5 қошукча ба 1 л об) андохта чӯшонед.

§ 6. Таомҳо аз шир ва маҳсулоти ширӣ

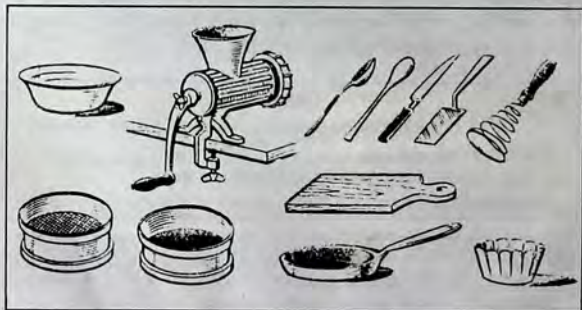
Аз шир ва маҳсулоти ширӣ таомҳои зиёд тайёр карда мешаванд.

Аз онҳо таомҳои яқум – ширшавла, ширатола, ширӯмоч, ширугро, ширтуппа ва таомҳои макарони суюқи ширдор, ширшавлаи кадудор ва ғайра тайёр мекунанд.

Таомҳои дуҷоми гарм – ширбиринҷ, шавла аз намудҳои гуногуни ярма, запеканка, панирча, чалпакча, қўймоқ, пирог, билиширо аз шир бе хамирмоя ё бо хамирмоя (хамирашро бо чурғот ё бо шир ва маҳсулоти ширӣ шӯрида) тайёр мекунанд.

Аз шир таомҳои десертӣ – фиринӣ, крем, коктейл, ямос, қайлаҳо низ тайёр мекунанд.

Барои тайёр кардани таомҳо аз маҳсулоти ширӣ чунин асбобу таҷҳизот ва зарфҳо лозиманд: дегҷаи сирдор, тоба, гӯштқимакунак, ҳар хел тахтачаҳо, чавлӣ, элак, белчаҳо, лаганди тафдон, ширпазак, қифи тӯрдор ва ғайра.



Расми 15

Таҷҳизот ва асбобҳо барои тайёр кардани таом аз творог

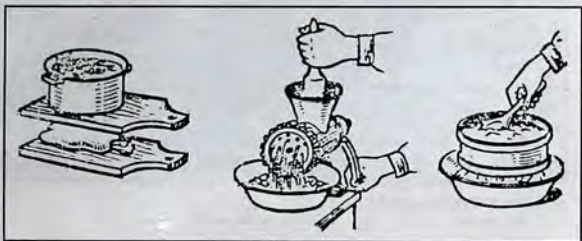
Аз масолеҳи ширдор ва шир таомҳои сард ва гарм тайёр мекунанд.

Таомҳои сард – творог бо шир, қаймоқ ва бо шакар, массаи творогин, панири творогдор.

Таомҳои гарм – панирчаи творогдор, запеканка, фиринӣ, бараки творогӣ ва ғайраҳо.

Барои тайёр кардани ин таомҳои гарм ба твороги тайёркарда (яъне коркарди якуми творогро иҷро кардан) тухм, шакар, ванилин ҳамроҳ карда, онро нағз меомезем, он вақт массаи (масолеҳи) творогин ҳосил мешавад.

Барои тайёр кардани масолеҳи творогӣ онро ба ҳалтача ё ба доқа гузоред. Барои он ки обаш шорад, ба болои он тахтачаро бо бораш мегузорем. Баъди обаш рафтани онро аз ғўштқимакунак мегузаронем ё дар элак соиш медиҳем.



Расми 16
Коркарди якуми творог



Савол ва супориш

1. Творогро аз кадом маҳсулот тайёр мекунанд?
2. Барои тайёр кардани массаи (масолеҳи) творогин кадом таҷҳизотро истифода мебаранд?
3. Массаи творогинро мувофиқи қоидаҳои зикршуда тайёр карда, ба сифати он баҳо диҳед?

Кори амалии № 1

Тайёр кардани панирча (сирники)

Таҷҳизот: тоба, тағорача, элак ё гӯштқимакунак, тахтача, корд, қошук, кафгир, қайладон.

Миқдори масолеҳ бо г: творог – 140, орди гандум – 23, шакар – 15, равған – 5, қаймоқ – 20, тухм – 1/5, ванилин – 0,02 (бо нӯги корд), намак – мувофиқи таъб.

Коркарди творог ва тухм	Аввал тухмро мешӯем, баъд онро ба болон тағорача дошта бо корд мешиканем.
Тайёр кардани массаи творогӣ: Ба твороги чафида ва аз гӯштқимакунак гузаронида шакар, намак, тухм ва 2/3 ҳиссаи миқдори орд ванилини ба оби нимгарм ҳалкарда ҳамроҳ мекунанд. Ҳамаашро нағз омехта мекунанд.	
Масолеҳи ҳосилшударо кулӯла кунед. Ҳар яки онҳоро ба диаметри 5 – 6 см ва ғафсии 1,5 – 2 см бурида, ба орд гелонел.	
Бирён кардани панирча. Ба тобаи тафсида равған резед ва ҳар ду тарафи панирчаро камтар сурх кунед. Онро бо хамин усул дар тафдон ҳам пухтан мумкин аст.	
Ороиши маҳсулоти тайёр: Панирчаҳои тайёрро 2 – 3-тогӣ ба табакчаҳо гузоред, ба болояш қаймоқ ё қайлаи ширин резед. Қайла ва қаймоқро алоҳида додан ҳам мумкин аст.	



Расми 17

Тайёр кардани панирча (сирники)

Ҳисоботи кори иҷрошуда:

1. Сифати таоми тайёрро муайян кардан.
2. Ҳисоби миқдори масолах барои оилаи худ.



Савол

1. Аз чӣ сабаб панирчаро мӯҳлати зиёд пеш аз пухтан тайёр кардан мумкин не?
2. Коркарди аввали тухм чӣ хел аст ва тухмро чӣ хел дуруст шикаста ба творог мерезанд?
3. Қадом қоидаҳои техникаи бехатариро дар вақти бирён кардани панирча риоя кардан лозим аст?



Фикр кун, ҷавоб деҳ, иҷро кун

Талабот ба таомҳои аз творог ҳосилшаванда. Рӯи панирча, запеканка, фиринӣ бояд суфта, рангаш на он қадар сурх, маза, ранг, бўяш ба творог монанд бошад. Панирчаҳо бояд доирашакл бошанд. Ин корро дар мактаб бо аъзои бригадаи худ ё дар хона иҷро кунед ва ба сифати кори иҷрокардаи шумо муаллим ва аъзои бригада ё модаратон, ки дар наздатон мебошанд, баҳо диҳанд. Аз кори иҷрокардаи худ шумо қаноатманд ҳастед ё не?

Кори амалии № 2

Тайёр кардани қайлаи ширдор

Таҷҳизот ва асбобҳо: тоба, дегчаи сирдор, 2 лаълича, элак, қайладон, қошук, элакчаи маҳсуси дастадор.

Миқдори масолах барои 200 г қайла: шир – 150 г, равған – 10 г, орди гандум – 10 г, пиёба ё об – 50 г, шакар – 2 г, намак – мувофиқи таъб.

Рафти кор. Ордро бо равған дар дег ё дегчаи сирдор

омехта, бирён мекунанд. Орд набояд бисёр сурх шавад, ранги сафедиаш маълум бошад. Шири чӯшидаро ба дег борик рехта, онро доимо омехта карда, 10 – 15 дақиқа дар оташи паст мепазем, баъд шакар ва намак андохта, пурра пухта, аз элаки махсус ё дока мегузаронем ва қайлаи ширдорро тайёр мекунем.



Савол

1. Дар кадом таомҳо қайларо истифода мебаранд?
2. Барои тайёр кардани қайлаи ширдор кадом асбобҳо лозиманд?

Кори амалии № 3

Тайёр кардани ширбиринҷ

Пеш аз пухтани таом ба қоидаҳои санитарии гигиенӣ ва техникаи бехатарии кор риоя кардан лозим аст.

Таҷҳизот: дег ё дегчаи сирдор – 2, тағорача, табақча, қошук.

Миқдори масолах: биринҷ – 1 кг, шир – 2 л, об – 0,5 л, равғани зард – 100 г, шакар – 2–3 қошук, намак.

Рафти иҷрои кор

Коркарди якуми ярма – биринҷро тоза карда дар оби хунук шӯед.

Пухтани ширбиринҷ

1. Ба оби чӯшидаи стода биринҷи тайёркардаро андозед. 15 – 18 дақиқа пазед ва обашро аз чавлӣ (софӣ) гузаронед.

2. Баъд аз он ба шири гарм андозед, намак ва шакарро андохта, то тайёр шуданаш дар оташи паст пазед, камтар дам диҳед, хоҳед сарпӯши дегро пӯшида, 5 дақиқа дар оби хунук нигоҳ доред.

Ороиши таоми тайёр. Ба ширбиринч равған андохта, дар табақча ба мизи таомхӯрӣ диҳед.

? **Саволҳо доир ба такрори мавзӯи**
"Шир ва таомҳои ширӣ"

1. Барои чӣ ширро ҳар рӯз нӯшидан лозим аст?
2. Кадом намуди таомҳоро аз шир ва маҳсулоти ширӣ тайёр мекунад?
3. Чӣ хел кайларо дар хӯрокворӣ истифода мебаранд?
4. Кадом творогро барои таомҳои сард истифода мебаранд?
5. Кадом хели таомҳои миллиро дар маҳалҳои шумо аз шир ва маҳсулоти ширӣ тайёр мекунад?

Кори амалии № 4

Тайёр кардани таом аз кашк

Таҷхизот: дег ё дегчаи сирдор, тағораҷа, табақча, элак, кошук.

Миқдори масолах: кашк – 46 г, шир – 150 г, шакар – 9 г, намак – 2 г, маска – 15 г.

Рафти иҷроӣ қор

Қорқарди якуми кашк – кашкро аз элак гузаронед, обро бо шир омехта қарда, кашкро қофта истода ба он андозед

Пухтани шавлаи кашкӣ

Шавларо 10 – 15 дақиқа, доим қофта истода, дар оташи паст пазед ва дар интиҳои таомпазӣ намак ва шакар андозед.

Ороиши таоми тайёр: Таоми тайёрро ба табақчаҳо қашида, ба болояш маска резед ва ба дастархон диҳед.



Савол

1. Коркарди якуми кашк аз чӣ иборат аст?
2. Чаро кашкро ба дег андохта, кофта меистанд?
3. Ин таоми кашкиро дар кадом вақти рӯз истеъмоли мекунанд?

Қайларо бо ҳамаи гарнирҳои аз ярма, сабзавот тайёркарда, таомҳои творогдор ва дигар таомҳои истифода мебаранд. Онҳо таомҳоро серғизо мекунанд, иштиҳоро мекушоянд, ба таомҳои якхела намуди гуногун медиҳанд ва таомро болаззат ва зудҳазм мекунанд.

Қайларо дар қайладон ё табақчаҳои, ки гарнири ҳархела доранд, меандозанд.



Маслиҳати муфид

Сафедии тухмро аз зардиаш ҷудо кардан осон аст. Барои ин тухми шикастаро ба қифи қоғазии дар истакон гузошта резед, сафедии ба истакон мерезад, зардиаш дар қиф мемонад.

Кори амалии № 5

Тайёр кардани запеканкаи творогдор

Таҷҳизот ва асбобҳо: тоба ё лаганди газ, тағорача, истакон, элак ё гӯштқимакунак, қошук, корд, қайладон.

Миқдори маҳсулот: творог – 140 г, орди гандум – 12 г, шакар – 10 г, тухм – 1/10 (аз даҳ як ҳисса), намак – мувофиқи таъб, ванилин – 0,02 г, равшан – 5 г, нони қоқи талқон – 5 г, қаймоқ (барои молидан) – 5 г, қайлаи ширин – 75 г ё қаймоқ – 25 г.

Рафти кор. Массаи (масолеҳи) творогиро тайёр карда, ба творог тухм, намак, шакар, орд, ванилин андохта омехта

мекунем. Масолеҳи ҳосилшударо ба андозаи 3 – 4 см паҳн карда, ба лаганди тафдони равғанмолида мегузорем ва нони қоқи талқон мепошем. Рӯй онро ҳамвор карда қаймоқ мемолем ва ба тафдон гузошта 25 – 30 дақиқа мепазем.

Запеканкаи тайёрро бо корд бурида, ба қисмҳо тақсим карда, ба табақчаҳо гузошта, ба боляш қаймоқ ё қайла резед.

Ҳисоботи кори иҷрошуда:

1. Муайян кардани сифати таом.
2. Талабот ба таоми тайёрро гӯед.



Савол

1. Барои запеканкаи творогдор кадом масолеҳ лозим аст?
2. Барои чӣ пеш аз пухтан ба лаганд равған мемоланд ва боз нони қоқи талқон мепошанд?

Эзоҳ: Аз ҳамаи таомҳои тавсияшуда мувофиқи таъби худ 1 ё 2 намуди таомро амалан тайёр кунед.

§ 7. Донҳо ва ярмаҳо

Ярмаро аз донҳо ҳосил мекунам. Донҳо дар байни масолеҳи хӯрокворӣ дар ҷои аввал меистанд ва асоси хӯроквории бисёр давлатҳои ҷаҳонро ташкил медиҳанд.

Донҳои васеъ истифодашаванда: гандум, биринҷ, чавдор, чав, сулӣ, арзан, ҷуворимакка, марҷумак. Онҳо сафеда, ангиштоб, витаминҳои гурӯҳи В ва намакҳои минералӣ доранд.

Аз 82 млн. сафедае, ки онро инсон истеъмол мекунад, 40 миллионашро аз донҳо ва 25 миллионашро аз масолеҳи аз ҳайвонот ҳосилшаванда мегиранд.

Дар таркиби маҳсулоти донӣ қариб 2% равған ва 65 – 67% ангиштоб ҳаст.

Сафеда дар таркиби биринч – 7,3%, чавдор – 9,9%, сулӣ – 10% ва гандум – 12,7%-ро ташкил медиҳад.

Дар таркиби биологӣ назар андозем, сафедаи биринч ҷои якумро мегирад, чунки сафедаи он дар организми одам 95% ҳазм мешавад, сафедаи гандум – 87%.

Таркиби биологӣ чавдор дар ҷои дуюм меистад. Он аз ҷиҳати сафеда ба биринч монанд бошад ҳам, аммо баъзе моддаҳои зарурии он зиёдтар аст.

Дар ҷои сеюм аз ҷиҳати сафеда сулӣ меистад. Таркиби биологӣ он ба биринч наздик аст, сафедаи он дар вақти истеъмол ба мубодилаи моддаҳо дар организм мадад мерасонад ва ба сафедаи масолеҳи ҳайвонотӣ – ба гӯшт ва тухм монанд аст, аммо аз сафедаи шир ва маҳсулоти ширӣ фарқ мекунад.

Маҳсулоти лӯбиғӣ аз ҷиҳати таркиби ғизоӣ дар байни масолеҳи хӯрокворӣ ҷои дуюмро мегиранд. Дар таомҳо нахӯд, лӯбиё, бокило, марҷумак, лӯбиёи чиниро бисёр истифода мебаранд.

Дар ошхонаи миллии тоҷикӣ нахӯд, лӯбиё, мош ва гайраҳо зиёд истифода мешаванд.

Дар таркиби онҳо сафеда – 23%, равған – 2%, ангиштоб – 52%-ро ташкил медиҳанд ва аз ҷиҳати аминокислотаҳо ба гӯшт наздик мебошад.

Ярмаҳо: Аз гандум – кашк, марҷумак – марҷумак, чав – ярмаи чав, сулӣ – ярмаи сулӣ, патароқи сулӣ – “Геркулес”, шолӣ – биринҷи суфта, чуворимакка – чуворимаккаи майда кардашуда ҳосил мешавад. ✓

Кашк ва биринҷ дар организми инсон аз ҳама зиёдтар ҳал ва ҳазм мешаванд, бинобар ин онҳоро дар хӯроқи бачагон ва парҳезӣ васеъ истифода мебаранд.

Ярмаҳоро аз якдигарашон аз рӯи ранг, шакл, намуд, калонию хурдиашон фарқ мекунанд.

Ярмаҳо дар хӯроқи инсон ҷои муайянро ишғол менамоянд. Асосан маҳсулоти лӯбиғӣ организми инсонро бо ангиштоб таъмин мекунанд, онҳо манбаи энергия мебошанд. Дар онҳо бисёр моддаҳои барои инсон

фоидабахш мавҷуд аст, баъзе аз онҳо, монанди ярмаи сулӣ ва марчумак аз сафеда боянд.

Дар бисёр ярмаҳо витаминҳои V_1 , V_2 ва РР мавҷуданд. Талабот нисбати сифати ярмаро бояд дар назар доред. Онҳо бояд ранг, бӯй ва мазаи ба худ хосро дошта бошанд, дар онҳо бӯй ва мазаи дигар масолах набошад.

Пеш аз истифодаи ярма коркарди якуми онҳоро мегузаронанд. Онҳоро аз дигар чизҳои нолозим тоза мекунанд ё аз элак мегузаронанд (кашкро), баъзеашонро мешӯянд, мезирбонанд (марчумак ва ярмаи ҷаву сулиро), баъзеашонро тар мекунанд.

Дар шаронти хона ярмаҳоро дар халта ё халтачаҳои матоӣ ё дар зарфҳои шишагӣ ё металли сарпӯшида нигоҳ медоранд.

Масолахи ярмагиро барои як моҳ захира кардан беҳтар ва онҳоро дар ҷои салқин ва торик нигоҳ доштан лозим аст.

Даҳони зарфҳои ярманигоҳдориро бо сарпӯшҳо зичу пурра маҳкам накунад, беҳтараш ба ҷои сарпӯш даҳони онҳоро бо матои зичбофта бандед, чунки ярма дар ин ҳолат хуб нафас мекашад ва тез вайрон намешавад. Барои аз митта ва дигар хашарот эмин доштан ба ярма чанд дона сирро тоза накарда гузоред.



Савол

1. Ярмаҳо аз кадом моддаҳои шифобахш боянд?
2. Сабаби гузаронидани коркарди якуми ярмаҳо чист?
3. Кашкро аз чӣ ҳосил мекунанд?



Фикр кун, ҷавоб деҳ

Ярмаҳоро дар зарфҳои сарпӯшида нигоҳ доштан чӣ аҳамият дорад?

Сарпӯшро пурра маҳкам накарда, онро бо матои зичбофта бастан чӣ аҳамият дорад?

Худатон дар хона назар кунед, ки дар оила ярмаҳоро чӣ хел нигоҳ медоранд ва ба ин баҳо диҳед.

Намуди ярма	Дар 100 г маҳсулот		
	ангиштоб	сафеда	равған
1. Кашк, сулӣ	61 – 77	6,3 – 11	0,7 – 6
2. Лӯбиё, нахӯд, наск	49 – 51	15 – 20	1,5 – 3,2

§ 8. Таомҳо аз ярма

Аз ярма бисёр таомҳо тайёр мекунанд: таомҳои якум – мастоба, шӯрбӯи марҷумак, мошбиринҷ, мошпиёба бо шалғам, каду ва ғайраҳо; таоми дуюм – шавламошак, палав, шавлаҳо аз ҳар хел намуди ярма.

Аз шавлаи пухтагӣ запеканкаҳо, биточки, фиринӣ ва ҳамчунин гарнирҳо, десертҳо ва ғайраҳо тайёр мекунанд. Дар вақти пухтани шавлаҳо ва нигоҳдории таоми аз ярма тайёркарда дегчаи сирдор ва ё деги чӯянии сарпӯшаш зич пӯшидашаванда, тоба, тахтача, асбоби маҳсули омехтакунанда ва ғайраро истифода мебаранд.

Дар вақти пухтани шавла баъд аз коркарди якум ярмаҳоро ба шир, об ё пиёбаи чӯшидаи стода меандозанд ва баъди ба чӯшидан сар кардан оташро паст карда, то тайёр шудани таом мепазанд. Вақти пухтани ярма ба ҳаҷмаш – калонӣ ё хурдии он вобаста аст. Ярмаро ба оби чӯш андозем, тезтар мепазад ва нарм мешавад. Агар 10 – 15 дақиқа чӯшонем ва обаш зиёд бошад, обашро рехта, ба ярма шир андохта, то тайёр шудан мепазем. Оби шавларо дурусту мувофиқ андохтан лозим аст. Агар ба шавла зиёд об андозед, мулоими обдор, обаш кам бошад, хушқам мешавад. Баъд аз тайёр шудани таом онро 2 – 5 дақиқа дам дода, баъд онро ба дастархон бо маска, шир, шакар медиҳанд.

Ярмаҳоро барои тайёр кардани гарнир, пухтани фиринӣ, биточки, запеканка ва ғайра, ё ки таоми гӯштин

ва моҳигӣ истифода мебаранд.

Бисёр намуди таоми ярмагии тайёрро бо гӯшт ё моҳӣ, мурғ ҳамроҳ карда, дар намуди консерва ё дар халтаҷаҳои махсус ба фурӯш мебароранд. Онҳоро фақат ба оби ҷӯшида андохта тайёр мекунанд.

Талабот ба ҳамаи таоми тайёр аз ярма як хел мебошад:

1. Шавлаҳо бояд як хел омехта шаванд, дар онҳо ҷои сахту шах ё часпида лӯнда шудагӣ набошад.

2. Рӯи запеканкаҳо, фиринӣ, биточкиҳо сурх ва тагаш насӯхтагӣ бошад.

3. Ранг, маза, бӯяшон ба ҳамон таоми тайёр хос бошад.

Кори амалӣ ва лаборатории № 6

Муайян кардани нишонаҳои ярма аз рӯи намуди зоҳириашон

Таҷҳизот: найчашишаҳои гуногуншакл, ба онҳо рақамҳо гузored (1, 2, 3...), гира (пинсет), қоғази сафед.

Рафти кор:

1. Қоғази сафедро гиред, онро ба қисмҳо ҷудо кунед ва ба ҳар яки он якчанд дона (3 – 4 намуди ярмаро) гузored.

2. Ярмахоро аз рӯи намуди зоҳириашон муқоиса кунед, мувофиқи андоза (қалон, миёна, майда), шакл (байзашакл, лӯнда, серқирра) ва рангашон муайян намоед.

▲ Фикр кунед, ҷавоб диҳед

Шумо нишонаҳои ярмахоро аз рӯи намуди зоҳириашон чӣ гуна муқоиса кардед? Муаллима ва хонандагон ба кори шумо чӣ хел баҳо доданд?

Кори амалии № 7

Пухтани таомҳо аз ярма

Тарзи пухтани мошбиринч.

Пеш аз он ки ба пухтани таом сар кунем, шартҳои санитарии гигиени ва қоидаҳои техникаи бехатариро риоя кардан лозим аст.

Тачҳизот: газ ё плитаи барқӣ, дег, кафғир, кафлез, тағорачаҳо барои тоза ва реза кардани сабзавот, шустани биринч, мош, тахтачаҳо барои реза кардани гӯшт ва сабзавот, кабудӣ, корд, коса, қошук, зарф барои чурғот ё чакка, мурчдон, намакдон.

Микдори маҳсулот (барои панҷ кас): гӯшт – 500 г, равған – 75 г, бехпиёз – 150 г, сабзӣ – 2 дона, помидор – 1 дона, мош, лӯбиё – 1,5 пиёла, биринч – 1 пиёла, кабудӣ – 1 бандча, намак, қаламфур ё мурч – мувофиқи таъ.

Рафти кор. Гӯштро 20 – 25 - граммӣ пора карда, ба равғани доғкардаи тайёр андохта, то каме сурх шуданаш бирён мекунем. Баъд ба он бехпиёзи наргисӣ, сабзии чоркунча резакардагиро андохта, 5 – 7 дақиқа кофта меистем, сонӣ помидори майда резакардагиро андохта, боз 5 дақиқаи дигар бирён мекунем.

Баъд ба дег об андохта, маҳин мечӯшонем, баробари андохтани об мошу лӯбиёи тозакардагӣ ва шустагиро ба дег меандозем ва маҳин мечӯшонем ва баъд аз ним соат (30 дақиқа) биринчи тозакардагӣ ва шустагиро андохта, маҳин мечӯшонем. 10 дақиқа пеш аз пухтани мошу биринч намакашро месанҷем ва агар лозим бошад, боз намак меандозем.

Ҳангоми ба косаҳо кашидан ба мошбиринч кабудӣ мепошанд, мувофиқи таъ мурч ё қаламфур ва чурғот меандозанд.

Инро дар назар доред

Мошро пеш аз чӯшидани оби таом меандозанд ва маҳин мечӯшонанд.

Ҳисобот доир ба кори иҷрошуда:

1. Муайян кардани сифати таоми тайёр.
2. Таърифи биологии ярмаро муайян кунед.



Савол

1. Кадом шартҳои санитарии гигиениро дар вақти хӯрокпазӣ риоя мекунед?
2. Миқдори маҳсулотро барои оилаи худ муайян кунед, чӣ қадар аст?



Маслиҳати муфид

Наҳӯд, мош ва лӯбиёро дар оби ҷӯш тар кардан мумкин нест, чунки сафедаи дар таркиби онҳо буда саҳт мешавад.

Лӯбиёро пеш аз пухтан дар оби хунук 6 – 8 соат тар карда мондан лозим аст, то ин ки дар вақти хӯрокпазӣ тез пазад.

Кори амалии № 8

Тарзи пухтани шавла

Пеш аз он ки ба пухтани таом сар кунем, шартҳои санитарии гигиенӣ ва қоидаҳои техникаи бехатариро риоя кардан лозим аст.

Таҷҳизот: газ ё плитаи барқӣ, дег, кафлез, кафгир, тағорача барои шустан, пок, реза кардани сабзавот, лаълӣ барои тоза кардани биринҷ, тахтачаҳо барои реза кардани гӯшт, сабзавот, тағорача барои шустани биринҷ, табақ ё табакчаҳо барои кашидани таоми тайёр.

Миқдори масолах (барои панҷ кас): биринҷ – 3 истакон, гӯшт – 500 г, равған – 80 г, бехпиёз – 250 г, сабзӣ – 200 г, кабудӣ – 1 бандча, намак, мурч, қаламфури булғорӣ – мувофиқи таъб.

Рафти кор. Гӯшти гов ё гӯсфандро 25 – 30-граммӣ пора

карда, дар равғани нағз доғ кардашуда то сурх шудан бирён мекунанд. Баъд пиёзи маҳин резакардаро андохта, таф медиҳанд, сабзиро наргисӣ карда андохта, камтар бирён мекунанд, об ва намак андохта, боз 10 дақиқа маҳин чӯшонда мепазанд. Сипас биринчи тоза чида ва шустагиро ҳамроҳ карда, то обашро ба худ кашидани биринч меҷӯшонанд ва то пухтан ҳар замон дегро бо кафгир кофта меистанд. Агар биринч обро пурра ба худ накашида бошад, онро 5 дақиқа дам медиҳанд. Шавларо ба табақҳои калон ё табақчаҳои чинӣ кашида, ба рӯяш кабӯдӣ мепошанд ва бо хӯришҳо (пиёз, помидор, қаламфури булғорӣ), мувофиқи табъ мурч, намак, райхон, пудина, шибит ё кашниз ҳамроҳ намуда истеъмол мекунанд.

Ҳисобот доир ба кори иҷрошуда:

1. Муайян кардани сифати таом. Тарзи пухтани шавла.
2. Миқдори маҳсулотро барои тайёр кардани шавла барои оилаи худ ҳисоб кунед.



Савол

1. Қадом намуди маҳсулотро аввал ба дег меандозем?
2. Сабзиро барои шавла чӣ тавр пора мекунанд?



Инро дар назар доред

Дар вақти пухтани шавла баъд аз сурх шудани рӯи гӯшт сабзии наргисӣ, пиёзи маҳин реза кардашударо таф дода, камтар сурхчатоб карда, баъд об ё гӯштобро андозед.

Кори амалии № 9

Тарзи пухтани шавламошак

Қоидаҳои техникаи бехатарӣ, шартҳои санитарияю гигиениро риоя кунед.

Тачҳизот: он зарфу асбобҳое, ки барои пухтани шавла истифода шуданд.

Микдори маҳсулот (барои як кас): гӯшти гов ё гӯсфанд – 100 г, биринҷ – 60 г, мош – 80 г, лӯбиё – 20 г, беҳпиёз – 100 г, равған – 60 г, пиёзи кабуд – 15 г, сабзӣ – 160 г, хӯриши сабзавотӣ – 100 г.

Рафти кор. Гӯштро 25 – 30-граммӣ пора карда дар равғани доғ бирён мекунанд. Баъд ба дег пиёзи маҳин резакарда, сабзии наргисӣ, помидори майда резакарда ё тоmat, мурч, зира ва намакро андохта, ҳамаи инро боз 10 дақиқа бирён мекунанд.

Баъд ба дег об, мош ва лӯбиёи таркарда ва тоза шустагиро андохта, 40 – 45 дақиқа мепазанд. Сипас биринҷи тайёркардари андохта, то ғафс шуданаш мечӯшонанд. Дар оташи паст сарпӯши дегро маҳкам пӯшида то тайёр шуданаш 5 дақиқа дам медиханд. Шавламошакро дар табакҳо ё нимтабакҳо мекашанд, ба болояш гӯштпораҳо гузошта, кабудии майда реза кардашударо мепозанд.

Барои хӯриши шавламошак помидор, бодиринг, турб ё шалғамчаи майда реза кардашуда ё хӯриши аз помидор, бодиринг, беҳпиёз, қаламфури булғорӣ, кабудихо ва ғайра тайёркардари истифода мебаранд.

Ҳисобот доир ба кори иҷрошуда:

1. Муайян кардани сифати таоми тайёр.
2. Аҳамияти шавламошак ба организми инсон.



Савол

1. Шавламошакро чӣ хел пайҳам тайёр мекунанд?
2. Аҳамияти сабзавот дар организми инсон аз чӣ иборат аст?



Фикр кунед, омӯзед, иҷро кунед

Ҳамаи чизҳое, ки бо онҳо таомро оро медиханд, бояд хушхӯр бошанд ва бо масолеҳи асосии таом

мувофиқат кунанд.

Диққати касро таоми нағз оро додашуда ҷалб мекунад, иштиҳо меоварад, ки он ба ҳазми таом ёри мерасонад.

Қаламфури булғорӣ витаминҳои А ва С дорад. Витамини С дар он назар ба лиму 5 баробар зиёдтар аст. Сиркоро бо кабудихо хушбӯӣ кунонидан мумкин аст, ин лаззати таомро беҳтар мекунад.

Кабудихоро кима не, балки реза кардан даркор, зеро хангоми кима кардан об ва моддаи ғизоии онҳо зиёд талаф меёбад.

Эзоҳ: Аз ин намудҳои таом мувофиқи таъби худ 1 ё 2 намуди таомро амалан тайёр кунед.

§ 9. Таом аз маҳсулоти макаронӣ

Маҳсулоти макаронӣ коркарди оддӣ дорад, басарфа буда, қариб партов надорад. Аз онҳо ба зудӣ таоми болаззат ва фоидабахш тайёр карда мешавад. Ин маҳсулотро бисёр вақт дар об чӯшонда, баъд ба он маска, қаймоқ, шакар ё панир ва ғайра ҳамроҳ мекунанд. Аз онҳо макаронпалав, вермишелпалав ва дигар таомҳои суюқ мепазанд. Барои тайёр кардани маҳсулоти макаронӣ аз ҷавлии андозааш калон, чангакҳои махсус ва ғайра истифода мебаранд. Маҳсулоти макарониро ба оби дарчӯши намақдор андохта, гоҳ-гоҳ бо кафгир ё чангакҳои махсус кофта меистанд.

Кори амалии № 10

Барои тайёр кардани маҳсулоти макаронӣ 100 г макаронро ба об ё 100 г макаронро ба 2 истакон об

андохта мечӯшонанд ва ба он ним қошукча намак меандозанд. Макарони дар об пухтаро ба чавлӣ андохта, обашро мерезонанд ё аз рӯи он оби гарм мерезанд, то ки ба якдигар начаспанд. Баъд онро ба дег ё дегчаи сирдор гирифта, маска андохта, хуб меомезанд ва тез истеъмол мекунанд. Дар вақти пухтани маҳсулоти макаронӣ 10%-и моддаҳои шифобахши он ба об мегузарад, бинобар ин онро барои пухтани таомҳои суюқ ва қайла истифода мебаранд. Маҳсулоти макаронӣ дар шир суст мепазанд, бинобар ин онҳоро аввал дар об пухта, баъд оби боқимондари рехта, ба он ба микдори муайян шир меандозанд. Маҳсулоти макарониро бо дигар роҳ низ пухтан мумкин аст. Оби онро нарехта ҳам истифода мебаранд. Дар ин маврид обро кам мегиранд, ба 1 истакон об 100 г макарон меандозанд. Макаронро ба оби намакдори чӯшидаистода андохта, гоҳ-гоҳ кофта, 20 дақиқа мепазанд. Сипас сарпӯши дегчаи сирдор ё деги макарондорро пӯшида, онро 15 – 20 дақиқа ба рӯи оташи паст мегузоранд. Баъд ба макарон равған андохта, онро меомезанд ва ба табақчаҳо кашида, рӯи онро ороиш дода, ба дастархон мегузоранд.

Маҳсулоти макаронии нимтайёр ва консервакардари дар таомҳои суюқ, гарнирҳо (ба онҳо қимаи гӯшт, кабоби гӯшти ва гайраҳо ҳамроҳ карда) истифода мебаранд.

Ҳангоми тайёр кардани маҳсулоти макаронӣ сифат ва тозагии маҳсулотро ба назар мегиранд. Маҳсулоти макаронӣ аз рӯи шакл ва намудашон фарқ мекунанд.

Макаронҳо найчамонанд, кӯчқорак, чӯбчамонанд, муқаррарӣ, чин-чин ва гайра; вермишел борик, маҳин, риштамонанд ва гайра; угро борик, паҳнбар, риштамонанд ва гайра мешаванд.

Маҳсулоти макаронӣ гӯшмоҳимонанд, гӯшмонанд ва гуногуншакл низ мешаванд.

Барои шӯрбо ва таомҳои якум маҳсулоти макаронии ситорашакл, ҳалқашакл, чоркунча, шашқирра ва гайраро истифода мебаранд.

Маҳсулоти макарониро таҳ карда, 250, 500 ё 1000 - граммӣ дар куттиҳои картонӣ ё халтаҷаҳои селопанӣ мегузоранд.

Исро дар хотир доред

1.Вақти пухтани маҳсулоти макаронӣ:

-борик ва маҳин – 5 – 10 дақиқа;

-макарони гафс – 20 – 30 дақиқа;

-баъзе навъҳои вермишел – 2 – 3 дақиқа, баъди ба чӯшиш сар кардан.

2.Калимаҳо: **макарон, вермишел, макарони гӯшмоҳимонанд, чин-чин.**

*Чӣ, кай, дар кучо?
Аз таърихи макарон*

Макаронро дар Италияи Чанубӣ ихтироъ кардаанд. Он яке аз намудҳои маҳсулоти хӯрокворӣ буда, аввал бо роҳи косибӣ дар хона тайёр карда мешуд. Аз асри XVIII сар карда дар Италия истеҳсоли фабрикаи он ба роҳ монда шуд. Сипас онро ба давлатҳои ҳамсоя ба фурӯш бароварданд, то ки дар ҳама ҷо паҳн шавад. Дар Россия фабрикаи аввалини макаронбарорӣ соли 1797 дар шаҳри Одесса сохта шуда буд.

Савол ва супориш

1.Макаронро дар кучо тайёр мекунад?

2.Кадом корхонаеро медонед, ки маҳсулоти макаронӣ истеҳсол мекунад?

3.Намудҳои маҳсулоти макарониро номбар кунед.

Сифати маҳсулоти макарониро чӣ хел муайян мекунад?

1.Агар макарон ранги якхела, сафед ё зардҷатоб, шакли муайян, бӯи хос дошта бошад, таъмаш талх набошад, босифат аст.

2. Агар макарон шаклан нодуруст, шикастагӣ ё майда шудагӣ, таъмаш турш ва бӯяш ҳархела бошад, бесифат аст.

Кори амалии № 11

Тарзи пухтани макаронпалав

Дар вақти пухтани таом ҳамеша шартҳои санитарии гигиенӣ ва техникаи бехатариро риоя кунед.

Таҷҳизот: газ ё плитаи барқӣ, тағорачаҳо барои поку реза кардан ва шустани сабзавот, лаганд барои тоза кардани макарон, тахтачаҳо барои реза кардани гӯшт, сабзавот, табақ ё табақчаҳо барои кашидани таоми тайёр, намакдон, мурчдон, дег, кафлез, кафгир.

↳ Микдори маҳсулот: гӯшт – 500 г, бехпиёз – 250 г, равған – 70 г, 2 – 3 дона помидор ё 1 қошук тоmat, макарон – 300 г, як бандча кабудӣ ва мувофиқи табъ мурч, намак.

Макаронпалавро бо ду роҳ тайёр мекунамд.

Роҳи якум. Гӯшти гов ё гӯсфандро майда (дарозии онҳо 4 – 5 см бошад) реза карда дар равғани доғ то камтар сурх шудани рӯи гӯшт зирбонед. Баъд пиёзи маҳин резакардаро андохта, то зардча шуданаш ба болояш помидор андохта, боз 3 – 4 дақиқа то сурхи зарурӣ шуданаш бирён кунед. Сипас сабзии наргисии маҳинро (хамчун барои палав) ба дег андохта, камтар бирён кунед. Қаламфури булғориро ду тақсим намуда, маҳин реза карда, ба дег андозед ва онро 2 – 3 бор бо кафгир кофта, об ва мувофиқи табъ зира, намак андозед. Сипас онро 20 дақиқа дар оташи миёна чӯшонед. Баъд макаронро аз назар гузаронида, мувофиқи табъ ба дарозии муайян шикаста ба дег андозед. Макарон пас аз 25 дақиқа чӯшидан обро ба худаш мегирад. Ба он каме об андохта, бо кафгир кофта, сарпӯши дегро пӯшед ва 5 – 10 дақиқа дам диҳед. Макаронпалави тайёрро ба табақ

кашида, ба рӯяш кабуди ва пиёзи кабуди резакарда пошед. Барои хӯриш салатҳои сабзавотӣ (бо турб, пиёз, сабзии хоми наргисӣ, сиркои дастӣ) ё турб ва шалгамчаро майда реза карда медиханд.

Роҳи дуҷум. Гӯшти гов ё гӯсфандро майда реза карда бо пиёзи реза дар равшан нағз зирбонед. Баъд ба болояш помидор ё тоmat андохта боз 3 – 4 дақиқа бирён кунед. Пас аз ин намак, мурч андозед. Макаронро дар зарфи алоҳида дар оби намакдор 5 – 6 дақиқа ҷӯшонед ва ба ҷавли гирифта, обашро резонед. 10 – 15 дақиқа пеш аз пухтани гӯшт макаронро ба дег андохта, оташро паст кунед ва сарпӯши дегро пӯшида, каме дам диҳед. Макарони аз ҷавли гузаронидаро ба табақ андохта, ба болояш зирбак рехта, кабуди ё пиёзи кабуди резакардаро пошида, баъд ба дастархон бо хӯришҳо додан ҳам мумкин аст.

▲ Фикр кунед, ҷавоб диҳед, муайян кунед

Ҳамаи ин қоидаҳоро ба назар гирифта, ба сифати маҳсулоти макаронии дар хонаатон буда баҳо диҳед ва дурустии баҳоятонро аз модаратон пурсед.

■ Инро дар хотир доред

- 1.Талабот ба сифати таоми тайёр.
2. Макарон барои таомҳои якум ва дуҷум бояд мулоим бошад, аммо аз пухтан нагузарад ва часпак набошад.
- 3.Бӯи таомҳои аз макарон тайёркарда бояд бо маҳсулоти истифодашуда мувофиқ бошад.

? Савол ва супориш

- 1.Аз чӣ сабаб маҳсулоти макарониро баъди дар об пухтан ба ҷавли андохта, аз болояш оби гарм мерезанд?
- 2.Гӯед, ки таомҳои суяқро аз макарон чӣ тавр тайёр мекунанд?

Ҳисобот доир ба кори иҷрошуда:

1. Муайян кардани сифати таоми тайёр.
2. Таърифи биологии макаронро муайян кунед. Як микдор макаронро ба истакони оби хунук андохта, бо қошукча омехта карда, ба он йод андозед, ранги обаш кабуд мешавад ва ин дар макарон мавҷуд будани крахмалро нишон медиҳад.
3. Қадом шартҳои санитарии гигиениро дар вақти таомпазӣ риоя мекунад?
4. Микдори маҳсулотро барои оилаи худ муайян кунед.

§ 10. Тайёр кардани мураббо, чем

Мураббо, чем, повидло, компот аз ҳамаи намудҳои меваҳо ва гуҷуммеваҳо (кулфинай, тамашк, марминҷон ва ғайра) ва аз як қисм сабзавот тайёр карда мешаванд. Онҳо бояд тару тоза ва нимпухта бошанд.

Қариб барои ҳамаи мевачот ва гуҷуммеваҳо ба 1 кг мева тақрибан 1 кг шакар мувофиқ аст.

Агар шакарро дар об ҷӯшонем, шарбат ҳосил мешавад ва масолах, мевачот ва гуҷуммеваҳо дар он шакли худро нигоҳ дошта, хушнамул мешаванд. Он мураббое, ки микдори масолаҳаш ба шакар мувофиқ бошад, нағз нигоҳ дошта мешавад.

Мурабборо бо асал ҳам пухтан мумкин аст. Микдори он ба микдори шакар баробар бояд бошад.

Дар бисёр мавридҳо пухтани мураббо аз тайёр кардани шарбат сар мешавад. Асосан мурабборо дар зарфи мисӣ ё алюминӣ мепазанд. Онро дар зарфи сирдор напазед, чунки дар оташи баланд сири он кафида, бо мураббо омехта мешавад.

Тибқи дастури додашуда шакарро ба об андохта, то пурра ҳал шудани шакар ҷӯшонед. Баъд онро аз оташ гиред, маҳсулоти тайёркардаатонро ба об андохта, ба

оташ гузореда ва баъди ба чӯш омадан кӯшиш кунед, ки хамаи маҳсулот ба шарбат ғӯтад. Сипас онро дар оташи паст то тайёр шуданаш пазед.

Мураббо дар вақти пухтан кафк мекунад. Онро ҳар замон гирифтани лозим аст. Дар шароити хона тайёр шудани мурабборо аз рӯи чунин аломатҳо муайян мекунанд:

1. Дар охири пухтан кафк ба ҳар тарафи зарф паҳн нашавад, дар мобайн ҷамъ мешавад, меваҳо ва гунҷуммеваҳо дар рӯи шарбат шино накарда, дар қабати шарбат як хел паҳн мешаванд ва ранги ба худ хосро мегиранд.

2. Агар ҷазираи шарбатро ба табақча гузорем, паҳн нашавад, мураббо тайёр аст ё ҳангоми байни ангуштон гирифтани қатраи шарбати гарм он часпак шуда, ғоз диҳад, ин ҳам нишонаи тайёр шудани мураббо аст. Мураббои тайёрро дар зарфи шишагӣ мерезанд. Дахонашро бо селлофани полиэтиленӣ пӯшида, бо канаби тар маҳкам мебанданд. Ресмонро тар кардан лозим аст, то ки он налагҷад, баъди хушк шудан ресмон таранг шуда, ба зарф ҳаво наметарояд, ё ин ки сарпӯши банкаҳо бо калид (асбоби маҳсус) маҳкам мекунанд.



Савол

1. Аз кадом маҳсулот мураббо мепазанд?
2. Шарбатро чӣ тавр тайёр мекунанд?
3. Нишонаи тайёр шудани мураббо чист?



Инро дар хотир доред

Ватани шакар Ҳиндустон мебошад. Дар Европа шакар баъд аз сафари Искандари Мақдунӣ ба Ҳиндустон пайдо шуд. Дар таркиби шакар 99% сахарозаи зуд ҳалшаванда ҳаст.

Кори амалии № 12

Тайёр кардани мураббон бихӣ

Таҷҳизот ва асбобҳо: дегчаи сирдор ё дег, тағорача, қошук, чавлӣ, тарозу, истакон, корд, асбоби махсус барои гирифтани тухм ва мағз.

Миқдори маҳсулот: 1000 г бихӣ, 1000 г шакар, 2 истакон об.

Нақшан иҷрои кор

Коркарди аввали мевачот: бихиро пӯст канда пора мекунанд, тухм ва мағзашро гирифта мепартоянд.
Коркарди гарм: бихиҳои пораро ба зарф андохта, ба болояш оби ҷӯш мерезанд ва то мулоимшавӣ 15 – 20 дақиқа меҷӯшонанд.
Баъд аз он ба рӯи бихии поракарда шарбат рехта, 3 – 4 соат нигоҳ медоранд.
Онро ба оташ гузошта, то шаффоф шудани ранги бихӣ мепазанд.
Мураббон тайёршударо дар гармиаш ба банкаҳо андохта, бо сарпӯши металлӣ пӯшида, бо калид маҳкам мекунанд ва дар ҷои салқин мегузоранд.
Баҳо додан ба сифати мураббон тайёр.

Кори амалии № 13

Пухтани мураббон себ

Пеш аз пухтани мураббо қоидаҳои санитарии гигиениӣ ва техникаи бехатарии корро риоя кардан лозим аст.

Таҷҳизот ва асбобҳо: дегча, тағорача, қошук, чавлӣ, истакон, корд, тарозу.

Микдори маҳсулот: себ – 1000 г, об – 1,5 истакон, чавҳари лиму ё оби лиму – 3 г, шакар – 1000 г.

Рафти кор. Себро шуста, пўсту тухмашро мегиранд ва хурд-хурд пора мекунанд. Барои он ки себи пора сиёҳ нашавад, ба оби чўш (ё камтар намакдор) андохта 6 дақиқа нигоҳ медоранд, то ки мулоим шавад. Баъд барои хунук кардан зарфро ба оби сард меандозанд. Барои тайёр кардани шарбат оби чўшро истифода бурдан беҳтар аст. Ба шарбат пораҳои себро андохта 3 – 4 соат мемонанд. Сипас дар оташи паст 5 – 7 дақиқа меҷўшонанд ва 6 – 8 соат нигоҳ дошта, аз нав чанд дақиқа меҷўшонанд. Барои он ки мураббо шакарак набандад, дар охир (барои себи ширин) чавҳари лиму ҳамроҳ мекунанд. Ванилин низ андохтан мумкин аст. Мураббои тайёри гармро ба банкаҳои тоза андохта, бо сарпўши металлӣ тавассути калид маҳкам карда, дар ҷои салқин нигоҳ медоранд.

Кори амалии № 14

Тайёр кардани повидлои себ

Таҷҳизот ва асбобҳо: дегчаи сирдор, тағорачаи алюминӣ, элак ё чавлӣ, белча ё қошуқи чўбин.

Микдори маҳсулот: себ – 1000 г, шакар – 1000 г, об – 200 г.

Рафти кор:

1. Коркарди якуми мева: себро шуста, пўсту тухмашро мегиранд, онро пора мекунанд.

2. Коркарди гарми мева: себҳоро ба дегчаи сирдор андохта, баъд ба он об ҳамроҳ карда, то ба чўш омадан дар оташи паст 10 – 20 дақиқа мепазанд ва онро омехта карда меистанд.

3. Тайёр кардани пюре. Массаи ҳосилшударо дар элак бо қошуқи чўбин месоянд.

4. Пюреро ба тағора андохта, то чўшиш гарм карда, тез меомезанд ва меҷўшонанд. Баъди 8 – 10 дақиқа шакар

хамроҳ карда, пухтанро давом медиҳанд, дар оташи паст доим омехта карда, тахминан 30 дақиқа мепазанд.

5. Повидлои пухташударо ба банкаҳо андохта, даҳонашро маҳкам мекунанд.

Кори амалии № 15

Пухтани мураббо аз қулфинай

Таҷхизот ва асбобҳо: ҳамон асбобҳое, ки барои пухтани мураббои себ истифода мебаранд.

Микдори маҳсулот: 1000 г қулфинай, 1000 г шакар, 1/2 истакон об.

Рафти кор. Барои мураббо қулфинайи хурду андаке сахттарро интихоб мекунанд. Онҳоро дар оби хунук шуста, думчаҳояшро канда мепартоянд.

Мураббои қулфинайро бо ду тарз мепазанд.

Тарзи аввал: меваи тозакардаро ба зарфи сирдор ё шишагӣ андохта, қабат ба қабат шакар мепошанд ва дар ҷои салкин 5 – 8 соат нигоҳ медоранд. Баъди об ҷудо карданаш оҳиста ба зарфи дигари калонтаре ҳолӣ карда, рӯи оташи паст мегузоранду то ҳалшавии шакар дар об меомезанд. Баъд оташро баландтар карда, ба ҷӯш меоранд ва аз оташ мегиранд, 10 – 15 дақиқа хунук карда, боз аз нав меҷӯшонанд. Ин корро 3 – 4 маротиба такрор мекунанд. Баъд онро ба бонкаи тоза рехта, бо сарпӯш маҳкам карда, дар ҷои салкин нигоҳ медоранд.

Тарзи дуюм: меваи тайёрро ба шарбати гарм меандозанд ва 5 – 8 дақиқа меҷӯшонанд. Кафки рӯяшро гирифта, бо ҷавлӣ оҳиста-оҳиста меваро аз шарбат ҷудо мекунанд. Сипас шарбатро 5 дақиқа меҷӯшонанд. Баъд меваҳоро ба қиём андохта, то меъёри охирин мепазанд. Мурабборо ба бинкаҳо рехта, бо сарпӯши металлӣ маҳкам мекунанд ва дар ҷои салкин мегузоранд.

Тайёр кардани компот

Компот ин оби мева аст. Компотро аз меваҳо ва ғуҷуммеваҳои тару тоза, хушк, консервонида ё яхкарда тайёр кардан мумкин аст.

Кори амалии № 16

Пухтани компот аз зардолу

Тачхизот: зарфи сирдор, тағора, корд.

Микдори маҳсулот: зардолу – 500 г, шакар – 3/4 истакон, об – 2 истакон.

Зардолуро шуста дукафон (калон бошад чанд пора) мекунад ва донакашро мепартоянд. Дар зарфи сирдор шакар ва 2 истакон оби гарм рехта, зардолуро меандозанд ва то пухтан мечӯшонанд. Компоти тайёрро хунук карда, ба истаконҳо ё пиёлаҳо мерезанд.

Кори амалии № 17

Пухтани компоти себу олучаи тару тоза

Тачхизот ва асбобҳо: зарфи сирдор, тағора, корд ё асбоби махсус, ки тухмашро тоза мекунад.

Микдори маҳсулот бо г: себ – 300, олуча – 200, шакар – 3/4 истакон, об – 2 истакон.

Рафти кор. Олучаро бо оби хунук шуста, донакашро мегиранд, себро тоза карда, пӯст ва тухмашро мегиранд.

Дар зарфи сирдор шакар ва 2 истакон оби гармро омехта, себи тайёркардари меандозанд ва 10 дақиқа дар оташи паст мепазанд. Ба компоти дарчӯш олучаи донакаш гирифта ро андохта, боз то пухтани компот мечӯшонанд. Компоти тайёрро хунук карда, ба истаконҳо ё пиёлаҳо мерезанд.

Ҳисоботи кори иҷрошуда:

1. Муайян кардани сифати компот.
2. Ҳисоботи миқдори маҳсулот барои тайёр кардани компот барои бригадаи худ.



Савол

1. Компотро чӣ хел тайёр мекунад?
2. Ба коркарди якум чиҳо дохил мешаванд?
3. Барои нигоҳ доштани витаминҳо кадом қоидахоро риоя мекунад?



Маслиҳати муфид

Агар ба компоти себ дорчин ҳамроҳ кунед, болаззаттар мешавад.

Мева ва гучуммевахоро барои тайёр кардани компот дар оташ, дар шарбати шакардор пазед. Он гоҳ он беҳтару болаззаттар ва хушбӯӣ мешавад.

Аз намудҳои кори амалӣ 1 ё 2 хел мураббо ё компот пазед.

Агар чашматон аз китобхона монда шавад, 5 – 10 дақиқа дам гиред ва аз турбтароши пластмасса 5 – 6 сабзиро гузаронида, обашро дар доқа чафед. Оби ҳосилшударо кам-кам нӯшед ё барои болаззат ва фоидабахш шудан ба нисфаш об, ба нисфи дигараш шир омехта карда нӯшед. Организматонро бо қаротин таъмин мекунад.



Инро дар хотир доред

Худои шифокор Аскелипий (лотинӣ – Эскулап) ду духтар дошт. Якумӣ – Понасею Худои шифокор, дуюмаш Гигею Худои саломатӣ, ки аз номи ӯ "Гигиена" ба вучуд омада, маънояш "илм доир ба саломатӣ" мебошад.

Турбро борик 6 – 8 пора буред. Ба ҳар як пора нағз шакар пошед ва ним рӯз нигоҳ доред. Қиёми ҳосилшударо ҳар соат 1-қошукӣ нӯшед.

Сабзӣ хунро зиёд мекунад.

§ 11. Интерйери хонаи истиқоматӣ

Ороиши дохили хона ба завқи эстетикӣ истиқоматкунанда вобаста аст. Хонаи истиқоматӣ якбора чанд хизматро иҷро мекунад: ҷои корӣ, фароғат, хондан ва қабули меҳмонон. Умуман хона аз рӯи таъинот ба шахсӣ ва умумӣ ҷудо мешавад (ҳучраи хоб, баҷагон, гигиенаи шахсӣ, машғулияти фардӣ, фароғатгоҳ, таомхӯрӣ, ошхона, даромадгоҳ). Хонаҳои давлатӣ 1, 2, 3, 4 ва бисёрҳучра мешаванд. Дар хонаҳои бисёрҳучра ҳар як ҳучра таъиноти худро дорад. Ҳучраи аз ҳама калон (зал, ҳучраи умумӣ)-ро барои меҳмонқабулкунӣ ҷудо мекунанд. Барои хониш, дарздӯзӣ, кор бо асбобҳои мусиқӣ, фароғат, хӯрокхӯрӣ, кор ва ғайра низ ҳучраҳои алоҳида ҷудо карда мешаванд. Онҳо бо диван-кат, каткурсии, ҷевони китобмонӣ, мебели омехта (ё стенка), мебели мулоим, мизи маҷаллаҳо, гӯшаи фароғат, мизи хӯрокхӯрӣ, курсиҳо, таъя барои телевизор ва ғайраҳо ҷиҳозонида мешаванд. Агар ранги ҳамаи ашёи хона – рӯйпӯшҳо, зарфҳо, асбобҳои равшанидиҳандаи сунъӣ ва табиӣ, мебелҳо ва ғайра ба ҳам мувофиқ бошанд, хона равшан ва зебо мешавад.



Расми 18 Интерйери ҳучраи умумӣ

БОБИ II. НАВЪҲОИ НАХ ВА МАТОЪ

§ 12. Навъҳои нах

I. Матоъ.

Матоъро асосан аз нахҳои табиӣ ва сунъӣ ҳосил мекунанд.

Ба гуруҳи нахҳои табиӣ дохил мешаванд:

1. Нахҳои аз растанӣ ҳосилшуда – пахта, загир, канаб.
2. Нахҳои аз мӯина ва пашми ҳайвон ҳосилшуда – пилла, пашми шутур, гӯсфанд, буз, харгӯш ва гайра.
3. Нахҳои аз минерал ҳосилшаванда – асбест.

II. Нахҳои химиявӣ:

1. Сунъӣ.
2. Синтезӣ.

Чадвали таснифоти нахҳо



§ 13. Кор бо матоъҳои абрешимӣ ва пашмӣ

Матоъҳои абрешимӣ ва пашмӣ аз нахҳои табиӣ аз ҳайвон ҳосилшаванда гирифта мешаванд.

Матои абрешимиро аз пилла ва матои пашмиро аз пашми чорво, асосан аз пашми бузу гӯсфанд ҳосил мекунанд. Гӯсфандро 8 ҳазор сол пеш аз ин ҳонагӣ карда буданд.

Пашми гӯсфандро бо қайчиҳои махсуси пашмтарошӣ тарошида, якбора ба навъҳо ҷудо мекунанд. Пашми тахтапушт – навъи 1-ум, биқин – навъи 2-юм ва боқимонда – навъи 3-юм ва ғайра.

Баъд аз ин пашмро дар ваннаҳои махсус бо собун ва сода дар оби гарм шуста, хушк мекунанд, тит ва ғоз медиҳанд. Дар вақти шустан пашм як қисми вазни худро гум мекунад.

Нахҳои аз пашм гирифтаро ба фабрикаи ресандагӣ месупоранд, аз онҳо калоба тайёр мекунанд. Калобаҳоро ба сеҳҳои бофандагӣ месупоранд ва аз онҳо матоъ мебофанд. Баъд дар сеҳи шустагарӣ онро сафед мекунанд ва рангубор медиҳанд.

Ҳосият ва сифати матоъ ба ғафсӣ, мустаҳкамӣ, чандирии нахҳо вобаста аст. Аз нахҳои дарозу борик матоъҳои маҳин, ғафс, мустаҳкам ва мулоим тайёр мекунанд, ки онҳо аз худ обу ҳаворо мегузаронанд, гармиро нигоҳ медоранд, дар вақти шустан кам кашиш меҳӯранд, рангашон дер мепарад, дарзмол карданашон осон аст.

Ҳамаи инро ҳосиятҳои физикию механикии матои пашмӣ меноманд. Он ба коркарди гарм нағз мувофиқ аст. Ин ҳосиятҳоро дониста, бо роҳи коркарди гарм либосҳоро ба шакли намудҳои дилхоҳ овардан осон аст. Онҳо чангро зуд ба худ мегиранд. Бинобар ин онҳоро тез-тез тоза карда истодан лозим аст.

§ 14. Нахи абрешим

Ватани абрешим Хитой мебошад. Дар Осиёи Миёна абрешимчигӣ аз асри II идома дорад. Мувофиқи баъзе гуфтаҳо гӯё тухми кирмакро аз Хитой овардаанд. Як шохдухтари Хитойро ба яке аз бойҳои Осиёи Миёна додаанд ва ӯ барои домодшаванда як халтача тухми кирмакро дар мӯи сараш пинҳон карда овардааст.¹ Он вақтҳо мӯйро дар сар баланд лӯнда мекарданд ва он барои тухми кирмакро пинҳон кардан кулай буд. Хитойӣҳо сирри кирмакпарвариро махфӣ нигоҳ медоштанд ва агар касе ин сирро фош мекард, ба қатл мерасонданд.

✧Тибқи маълумоти дигар тухми кирмакро гӯё як савдогари калон дар ҳолигии асояш чо карда, аз сарҳади Хитой гузаронида будааст.

Ба ҳар ҳол аз ҳамон вақт сар карда дар Фарғона, Марғелон, Андиҷон, Хуҷанд, баъд Бухорою Самарқанд кирмакпарварӣ расм шуд.

Сабзиши биологии кирмак 5 зинаро дар бар мегирад. Кирмакро дар биноҳои ҳарораташон 23 – 28°C нигоҳ медоранд.

Кирмаки пилла дар 22 – 35 рӯзи ҳаёташ қариб 40 кг барги тару тоза мехӯрад. Онҳо рӯзҳои аввал 12 маротиба барг мехӯранд, чунки барг зуд хушк мешавад. Дар охири рӯзи 3-юм вазни онҳо зиёдтар ва сафедчатоб мешаванд. Онҳо дар ин вақт се бор пӯсташонро иваз мекунанд. Кирмакҳо ҳашт ҷуфт чашм доранд, аммо ҷӣ хеле ки мегӯянд, аз биниашон дурро намебинанд ва қар мебошанд. Вале узви ҳиссиёташон пурқувват буда, баргро аз дур ҳис мекунанд, барои ба он наздик шудан аз монеаҳо мегузаранд. Агар дар сари роҳашон монеаҳо (қалам, коғаз, қайчӣ) ва баъди он барги тоза гузорем, аз монеаҳо гузашта, ба тарафи барг ҳаракат мекунанд. Баргро ҳар қадар дур кунем ҳам, ба тарафи барг мераванд.

Кирмак пеш аз он ки пилла танад, рӯдаашро тоза мекунад ва дар муддати 60 соат бо сараш ба шакли рақами

хашт давр зада (дар шароити хуб 400.000 маротиба давр мезанад), дар гирди худ пилларо метанад. Пилла аз 20 – 40 қабат иборат буда, дар таркибаш 75 – 80% фибрина ва 20 – 25% сиритсина (моддае, ки наххоро мечаспонад) дорад. Аз 1-то пилла аз 600 то 1000 м² ва аз он ҳам зиёдтар нахи абрешим гирифта мешавад.

Инро дар хотир дор

Аз 160 дона пилла 1 м² матои абрешим мебофанд. Ихтироъкори рус Глеб Евгениевич Котелников аввалин шуда дар ҷаҳон парашютро аз абрешим сохт, чунки он борик, вале мустаҳкам аст. Ҳоло парашют ва қаноти делтапланҳоро аз абрешим месозанд.



Савол

1. Ватани пилла кучост?
2. Тухми кирмак аз куҷо ва чӣ хел паҳн шудааст?
3. Пилла чанд қабат дорад?

Дар давраи қадим аз пилла дастӣ ресмон мересиданд. Дар асрҳои XVII – XVIII дастгоҳи дастии ресмонресӣ пайдо шуд. Ҳоло бошад, фабрикаҳо ба тарзи автоматики аз пилла ресмон мересанд, матоъ мебофанд, оҳар ва рангубор медиҳанд. Матоъҳои абрешимӣ нафиси чилодор, зебо, мулоим, чандирӣ, гичимнашаванда буда, хосияти гигиениии хуб доранд, об ва ҳаворо нағз мегузаронанд.

Нахи абрешим тез титшаванда аст. Бинобар ин онро баъд аз қолиб монда буридан, тез дӯхтан лозим аст. Агар матои абрешимиро сӯзонем, бӯи шоҳи ҳайвони сӯхтагӣ меояд. Дарзмол карданаш осон аст. Баъд аз шустан онро дар соя хушконида лозим аст, то ки рангаш зуд напарад.

Ҳосияти матоъҳо

№	Ҳосиятҳо	Абрешим	Пашмӣ
1.	Мустаҳкамӣ	баланд	нисбатан кам аз пахтагин
2.	Обгузаронӣ	нағз	гузаронанда
3.	Чанггирӣ	хурд	камтар зиёд
4.	Гарминнигоҳдорӣ	камтар аз пахтагин	зиёд
5.	Кашишхӯрӣ	зиёд	зиёд
6.	Титшавӣ	зиёдтар	миёна
7.	Ғичимшавӣ	беҳад кам	камтар

Нишонаҳои намудҳои матоъ

№	Ҳосиятҳо	Абрешим	Пашмӣ
1.	Чило	чилонок	камчило
2.	Маҳинӣ	маҳин	дурушт
3.	Мулоимӣ	мулоим	дуруштинаш миёна
4.	Тобхӯрии риштаҳо	рост	каҷ
5.	Намуди қандашавии риштаҳо	нӯги нахҳо ҳамвор	нӯги нахҳо титшуда

Матоъҳои аз абрешими табиӣ бофташуда бадошт, чилодор, дар вақти даст гирифтани мулоим, маҳин, кам кашишхӯранда мебошанд ва ғайра.

Матоъҳои пашмӣ, абрешими ро бо намуди якранг, гулдор истехсол мекунанд. Аз онҳо курта, пойчома, костюм, палто, умуман сару либос ва ғайраҳо меҳезанд. Аз матоъҳои абрешимӣ лавозимот, рӯйпӯши меҳелҳо, парда ва бозичаҳо низ тайёр мекунанд. Дар саноати матоъҳои абрешимӣ ва пашмиро дар омехтагӣ бо дигар нахҳо ҳам ҳосил мекунанд, ки ҳосияташон дигар ҳел буда, камтар ғичим мешаванд, либосҳои аз онҳо тайёркарда ҳангоми шустан тез тоза мешаванд.

Кори лаборатории № 1

Муайян кардани хусусияти матоъ

Таҷҳизот: намунаи матоъҳо, асбобу анҷомҳо.

Рафти кор. Хосиятҳои матоъро бо таҷриба тавассути узвҳои ломиса, босира, сомеа муайян кунед.

Намунаи ду матоъи интихобшударо гиред: пашмӣ ва абрешимӣ.

1. Бо даст палмосед ва ҳис кунед, ки кадоми онҳо мулоимтар аст?

2. Бо чашм кадом фарқҳояшро дарк кардед?

3. Овози барқад ва кундаланги матоъро муайян кунед (бо ду даст саҳт кашида, якбора овозро муайян кардан мумкин).

4. Дар даст 30 дақиқа дошта, ғичимшавиашро санҷед ва сар диҳед, ки аз ин ду матоъ кадомаш зиёдтар ғичим шудааст.

5. Риштаҳои кундаланг ва барқадро чудо карда, риштаи ғафсро канед ва мустаҳкамии онҳоро муайян кунед, ба нӯги риштаҳои кандашуда аҳамият диҳед, ки кадоме аз онҳо нӯги борики ҳамвор ва кадомаш нӯги титшуда дорад.

6. Муайян кунед, ки муқоисаи шумо бо далелҳои ҷадвал мувофиқанд ё не?

Худназораткунӣ. Санҷиш:

1. Матои абрешимӣ ва пашмиро гирифтед.

2. Матои абрешимӣ мулоимтар аст ё пашмӣ?

3. Дар вақти муқоисаи нӯги риштаҳо ба кадом хулоса омадед?

Ҷадвали 9

Нишонаи муайянкунии матоъ

Матоъҳо	Намунаҳои муайянкунӣ		
	аз намуди зоҳираш	бо даст палмосидан	аз кандашавии риштаҳо
Абрешимӣ			
Пашмӣ			

Супориш

Чадвали нишонаи муайянкуниро ба кондахо риоя карда пур кунед.

Матоҳоро аз ришта ҳосил мекунанд. Дар фабрикаи бофандагӣ риштаҳоро дар дастгоҳҳо байни ҳам мебо-фанд. Дар натиҷаи бофиши риштаҳо матоъ ҳосил мешавад. Матоъ аз тор ва пуд иборат аст.

Пуд барқади матоъ мегузарад. Он мустаҳкамтар буда, камтар кашиш мехӯрад. Милки матоъ дар ҳар ду канори матоъ ҳаст ва дар васеъгӣ риштаи тор мегузарад, ки ин ришта кашиш мехӯрад.

Фикр кун, ҷавоб деҳ, иҷро кун

1. Барои аз кадом нахҳо будани матоъро фаҳмидан ҳосиятҳои онро бояд донед.
2. Барои гузаронидани таҷрибаи муайян кардани обгузаронӣ ва сӯхтани матоъ чӣҳо лозиманд?



Расми 19

Муайян кардани ҳосияти матоъ: а – сӯхтани матоъ;
б – муайян намудани обгузаронии матоъ.

■ Инро дар хотир доред

Аз таърихи пайдоиши нахҳо:

Пахта – ватанаш Ҳиндустон.

Загир – ватанаш Миср.

Пилла – ватанаш Хитой.

● Маслиҳати муфид

Барои он ки маҳсулот ранги синкаро як хел гирад, онро алоҳида ба маҳлули синка андозед ва баъди дар маҳлули синка як хел истодан, гирифта овезед.

§ 15. Аппликатсияи (гулпартоии) матоъ

1.Ороиши матоъ бо роҳи аппликатсия кори душвор нест. Барои аппликатсия материалҳои гуногун, лахтакҷаҳои матои пахтагин, абрешимӣ, пашмӣ, синтезӣ, замш, чармӣ ва ғайраҳоро истифода мебаранд:

а)Аппликатсияи матоъ ба аппликатсияи қоғаз монанд аст, аммо вобаста ба техникаи буриш ва пайвастанӣ он ба асос фарқ мекунад.

б)Дар вақти матоъро ба қоғаз часпондан ширешро истифода мебаранд.

в)Дар вақти матоъро бо матоъ аппликатсия кардан кӯкҳои гуногун истифода бурда мешаванд.

Аввал ҷои қисмҳоро ба назар гирифта, қолабро дуруст буридан лозим аст, вагарна дар қисмҳои аппликатсия роғ мемонад ва қисмҳо ба ҳам мувофиқ намеоянд. Бинобар ин тарзи гузориши қисмҳо ба асос роли калон мебозад. Ҳамаи қолаби қисмҳоро бо сӯзанҷаҳо ба матоъ, ба риштаи пуд маҳкам мекунад.

2.Нақше, ки аппликатсия мешавад, бояд 2 нусха бошад. Нусхаи якумро бо қисмҳои алоҳида бурида ва нусхаи дуюмро ба сифати санҷиш истифода мебаранд. Қисмҳоро аз матоъ мисли қисмҳои қоғазӣ мебуранд. Қисмҳои тайёрро



Расми 20

Аппликатсияи матоъ ба рӯи коғаз

ба тарҳи пурраи асос ба шакли сурати одам, мевачот ё ҳайвонҳои гуногун бо ширеш мечаспонанд. Агар аппликатсия ба рӯи матоъ бошад, онро ба болои матоъ маҳкам карда, гирдашро ба тарзи гуногун медӯзанд. Онро, ба ҳар шакле бошад, аз рӯи қоидаи ягона бо сӯзанчаҳо маҳкам карда, аввал кӯк мезананд ва баъд аппликатсияи матоъро мувофиқи табъ ба тарзи гуногун медӯзанд.

Агар аппликатсия аз ҷити борик, сатин, штапел, шохӣ ва ғайраҳо бошад, барои дӯхтан аввал матоъро оҳар дода, нағз дарзмол кардан лозим аст. Ҳар як қисми аппликатсияшавандаро бо коғази нусхабардорӣ нусхабардорӣ карда, қисмҳои онро бо матоъҳо ё лахтаҳои тайёркарда мувофиқ мекунанд.

Қисмҳои буридаро ба андозаи муайян оварда, нусхаи дӯхташавандаро ба тағи асоси матои аппликатсия мувофиқ карда, аввал бо мӯлина ё ресмони оддӣ кӯк мезананд, баъд гирди онро бо чоки ҳамвор ё юрма дурусту хушрӯ медӯзанд. Матоъро ба болои плёнкаи паҳн карда, баъд ба болои он матои аппликатсияшударо гузошта, бо дарзмоли



Расми 21

Аппликатсия аз матои пашмӣ (мӯина)

сахт натафсида дарзмол мекунанд. Плёнкаи нест шуда, қисми асосӣ ба матоъ мечаспад. Матоъҳои зичи аппликатишаванда, монанди драп, мохут, чинс, замш ва ғайраро аввал дар картон нақша мегиранд, баъд қолаб бурида, онро ба болои матои асосӣ гузошта, гирдашро қалам мекашанд. Қисмҳои аз мохут, замш, драп буридари бо асоси матоъ бо пирма ё марҷонҳо дӯхта пайвасти кардан ҳам мумкин аст.

Матоъҳоро ба шаклҳои гуногун оварда, мувофиқ карда дӯхтан мумкин аст, ба монанди чилди болишт, сумка, сару либос, намояҳо ва ғайра. Барои кӯтоҳ ё дароз кардани доман, почома, шим, курта ва ғайраҳо ба матои асосӣ аппликатиш медӯзанд ё мечаспонанд.

Супориш ва кори амалии № 18

1. Қоидаҳои гигиенӣ ва техникаи бехатариро ҳангоми кор бо асбобҳо риоя кунед.

2. Намуди қисмҳои асосиро интихоб кунед, рангашро



Расми 22

Аппликатсияи матоъ ба рӯи когаз

фикр карда, мувофиқи табъи худ ороиш диҳед.

3. Нақшаи корро таҳия созед, корро бо ҳамсабақҳоятон
ё бо бригада иҷро кунед.



Расми 23

Аппликатсия аз матои пашмӣ (мӯина)

4. Корро – матои асоси аппликатсия ва матои бо когаз мечаспидагиرو байни худ тақсим кунед.

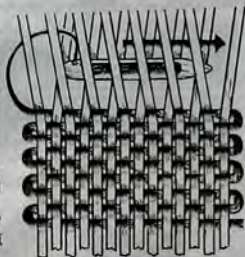
Эзоҳ: Аппликатсияро ба болои нусхаи когазӣ гузошта, ҳар як қисмро ду маротиба як хел нусха бардоред. Ҳар як қисми нусхаи дуҷумро бурида, ба он матоъҳои рангашон мувофиқро бо ширеш мечаспонем. Баъд онҳоро бо қайҷӣ босифат бурида, ба ҷои нусхаи яқум мегузorem.

Нусхаи дуҷумро аз нусхаи яқум тавассути когази нусхабардорӣ нусхабардорӣ кардан мукин аст. Ҳар як қисми нусхаи дуҷумро бурида, матоъро ба пушти он чаппа мечаспонем. Дар вақти часпондани қисмҳо тарафи росташон намоён мешавад.

Бофтани матоъҳо

Матоъҳои абрешимӣ, пашмӣ ва пахтагин бо усулҳои сачоқӣ, абрағӣ ва атласӣ ё сатинӣ бофта мешаванд.

Бофиши сачоқӣ. Ин бофиш дар тарафи рост ва чап як хел мебошад. Барои ҳосил кардани ин бофиш ду ремизак лозим аст, Ду ришта – пуд ва тор бо ҳам бофта мешаванд. Ин бофиш васеъ истифода бурда мешавад. Титшавии он назар ба бофиши астарӣ ва сатинӣ кам мебошад, чунки дар ин бофиш охири пуд ва тор бо ҳам кам бофта мешавад. Бо ин усул матоъҳои пахтагин – батис, чит, медапалан, маркизет ва гайраҳо бофта мешаванд.



Расми 24
Бофиши сачоқӣ

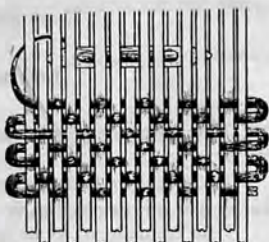
Бофиши абрағӣ. Ин бофиш дар матоъ одатан аз чап ба поён ва аз боло ба тарафи рост чун рахҳои қачи уреб сурат мегирад.

Бофиши абрағӣ дар матоъҳои пахтагин, ба монанди

лас, бумазӣ, трико, кашмирӣ, шотландӣ ва ғайраҳо ҳам истифода мешавад. Дар матоъҳои пашмӣ – кашмирӣ, костар, шевлат, драп ва ғайра, абрешимӣ – атлас, радоли ва ғайра ҳам бофиши абрагиро истифода мебаранд.

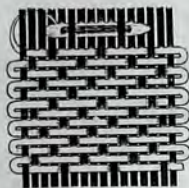
Бофиши атласӣ ё сатинӣ. Дар бофиши сатинӣ рӯи матоъ ҳамвор ва чилодор мебошад. Барои ҳосил

кардани бофиши сатинӣ ё атласӣ аз 5 то 12 ремизак лозим аст. Атлас, силон, сатин ва ғайраҳо бо ин усул мебофанд.



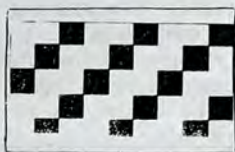
Расми 25

Бофиши абрагӣ



Расми 26

Бофиши атласӣ
ё сатинӣ



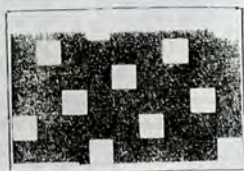
Расми 27

Бофиши сачоқӣ



Расми 28

Бофиши абрагӣ



Расми 29

Бофиши атласӣ

Кори амалии № 19

Бофтани матоъ

Таҷҳизот: коғаз, ширеш, кайчӣ, чадвал.

1. Қоидаҳои санитарии гигиенӣ ва техникаи бе-хатариро дар вақти кор бо таҷҳизоти зарурӣ риоя кунед.

2. Ба бригадаҳо ҷудо шуда, коллективона як намуди бофишро иҷро кунед, шакл ва ҳолати коғазро муайян намоед. Нақшаи корӣ тартиб диҳед, корро байни худ тақсим кунед.

3. Интихоби коғаз: ду хел коғазии ранга – яқум барои тор, дуюм барои пуд.

4. Ба ҳар як коғаз аз тарафи чапаш хат кашед, васеъгиашро ба ягон андоза муайян – 0,5 – 1 см ё 1,5 см карда, хат кашед.

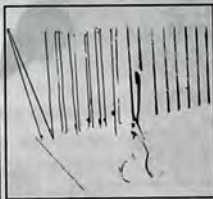
5. Барои риштаи тор ҳамаи коғазҳоро бо шакли росткунҷаи дароз буред.

6. Ба коғазе, ки андозаи риштаи пудро муайян



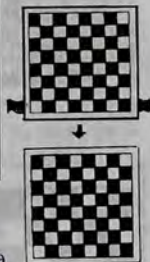
Расми 30

Коғазе, ки риштаи пудро муайян мекунад



Расми 31

Коғазе, ки риштаи торро муайян мекунад



Расми 32

Бофиши пурраи сачоқӣ

мекунад, аз тарафи чапаш нишона кунед ва ҳар нишонаро аз охири коғаз 2 см монда буред.

7.Баъд якто-якто байни тору пуд шумораи риштаҳои муайяно мегузоранд.

8.Риштакоғазеро, ки шумораи бофиш муайян кард, бо ширеш пайваст кунед. Баъд риштаи пудро даст гирифта, коғазии риштаи торро аз мобайни риштаи пуд бо шумораи муайян гузаронед.

Бо ҳамин тарз ҳамаи риштаҳои тор ва пудро шуморида бофед.



Фикр кун, ҷавоб дех, иҷро кун

- 1.Бозҳатиёт, сарфакорона истифода бурдани маҳсулот чӣ маъно дорад?
- 2.Барои кор кадом маҳсулот ва таҷхизоти заруриро мегирад?
- 3.Истифодаи оқилонаи маҳсулотро чӣ хел мефаҳмед?
- 4.Оё шумораи бофишҳои додашударо зиёд кардан мумкин аст ё не?
- 5.Барои кор чанд намуди коғазии рангаро интихоб мекунад?
- 6.Аввал кадом риштаи бофишро ба назар мегирад, тор ё пудро?
- 7.Риштаи торро чӣ хел гузаронидан лозим аст, ки шакли бофиш вайрон нашавад?
- 8.Росткунҷаҳои дарозро чӣ хел тез ва дуруст буридан мумкин аст?
- 9.Оё коғазеро, ки риштаи пудро нишон медиҳад, то охир буридан лозим аст?
- 10.Коғазеро, ки риштаи пудро нишон медиҳад, муайян кунед.

§ 16. Кор бо мошини дарздӯзи пойӣ

Мошини дарздӯзи ба се гурӯҳ чудо мешавад.

Дар рӯзгор:

1. Дастӣ

2. Пойӣ

3. Баркӣ

Дар истехсолот:

1. Нимавтоматӣ

2. Автоматӣ

3. Махсус барои як намуди амалиёт.

Мошини дарздӯзи пойӣ вақти дӯхтро кам ва дасти дӯзандаро аз чархи гардона озод мекунад, ки ин ба беҳшавии шароити кор, баландшавии сифат ва афзоиши истехсоли масолеҳ мадад мерасонад.

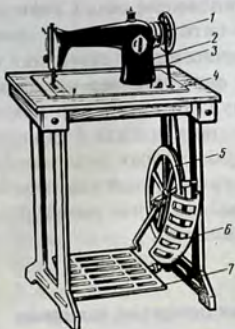
Дар вақти кор қоидаҳои санитарияи гигиенӣ ва техникаи бехатарӣ, талабот ба қоидаҳои дӯзиш барои мошини дарздӯзи дастиро, ки дар синфи 5 омӯхта будед, риоя кардан лозим аст. Бо қисмҳои мошини дарздӯзи пойӣ шинос мешавем.

Педал он аст, ки дӯзанда бо ҳаракати пой ба ҳаракат мебарорад. Он бо ёрии шатун чархи гардонро давр мезанонад. Дар чарх чӯяк мавҷуд аст, ки ба он тасмаи чархгардонро мегузaronанд.

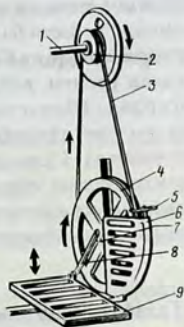
Тасма чархи ҳаракатдиҳандаро бо гардона, ки дар чархи асосӣ ҷойгир аст, пайваст мекунад. Чархи асосӣ қисмҳои кори мошин, сӯзан, механизми матоъгузарон, ресмонкашак ва мокуро ба ҳаракат мебарорад. Ба пеши чархи ҳаракатдиҳанда барои бехатарии кор сипар мегузaronанд. Баъд аз тамои кардани кор тасмаро аз чарх гирифта мондан лозим аст.

Дар вақти кор бо мошини дарздӯзи пойӣ ҳамаи қоида ва талаботи кор, ташкили ҷои кор барои мошини дарздӯзи дастиро риоя бояд кард.

Барои дуруст кор кардани мошин, сабук ҳаракат кардани механизмҳои он ва рост будани дарзҳо онро



Расми 33
 Мошини дарздӯзии пойӣ
 1 – чархи гардона
 2 – тана
 3 – тасма
 4 – асос
 5 – чархи ҳаракатдиҳанда
 6 – сипарча
 7 – педал



Расми 34
 Ҳаракатовари поякии мошини
 дарздӯзӣ
 1 – чархи асосӣ
 2 – шкиви чархи гардона
 3 – тасма
 4 – чархи ҳаракатдиҳанда
 5 – тасмагардон
 6 – сипарча
 7 – кривошип (танзимаи
 ҳаракат)
 8 – шатун
 9 – педал



Расми 35
 Кор бо мошини дарздӯзии пойӣ

мунтазам тоза ва равган кардан лозим аст. Сӯзан ва ресмонро вобаста ба навъи матоъ интихоб бояд кард. Агар интихоб нодуруст бошад, боиси шикастани сӯзан, канда шудани ресмон, вайрон шудани дарз ва дигар нуқсонҳо мегардад. Шикастан ва қач шудани сӯзан дар вақти нодуруст истифодабарии даст, тазйикдиханда ё гардона рух медиҳад. Сӯзан ва сӯрохии сӯзангузорак бояд мавқеи дурустро ишғол кунанд. Ҳодисаи сӯзаншиканӣ хангоми бо сӯзани борик дӯхтани матои гафс, дар аснои чокдӯзӣ ба тарафи худ кашидани матоъ рух медиҳад.

Талаботи санитарии гигиенӣ ва қоидаҳои техникани бехатарӣ дар вақти кор бо мошини дарздӯзии пойӣ

Пеш аз он ки бо мошини дарздӯзии пойӣ ба кор сар кунем, аввал дуруст бо пой ҳаракатдихиро ёд гирифта лозим аст. Педалро ҳамвор ва гардоноро ба тарафи худ ҳаракат кунондан, ба ҳолати дасту пой аҳамият додан лозим аст. Тасмаро дар вақти кор нагузаронед. Дар вақти ресмонро ба сӯзан гузаронидан пойро аз педал гиред.

Машқ дар мошини дарздӯзии пойӣ:

1. Пойро ба педал ин тавр гузоштан лозим аст. Пойи рост бояд аз пойи чап камтар пештар истад.

2. Гардоноро ба тарафи худ ҳаракат диҳед ва педалро бо пой ба ҳаракат дароред. Педалро ором зер карда, аввал бо як пой, баъд бо пойи дигар ба ҳаракат дароред.

3. Дастро ба болои платформаи мошин гузоред. Барои аз кор боздоштани мошин пойро аз педал гиред ва бо дасти рост гардоноро боздоред. Ҳолати даст бояд катшуда бошад.

Машқро якчанд бор такрор кунед.

Дар вақти машқ мошини дарздӯзӣ дар ҳолати корӣ бошад, ба тағи тазйикдиханда матоъро дуқабата карда гузоред ва машқро бе гузаронидани ришта давом диҳед. Аввал бо педал ба ҳаракат даровардани мошинро ёд

гирифта, сипас риштаро гузаронида, дар мошини дарздӯзӣ корро сар кунед.

Калимаҳои **педал, гардона, тасман ба ҳаракатоваранда, чархи асосиро** дар хотир нигоҳ доред.

?

Савол ва супориш

1. Рӯшноӣ аз кадом тараф бояд афтад?
2. Дар вақти кор бо мошини дарздӯзӣ тарзи дар курсӣ дуруст нишастанро нишон диҳед. Ҳолати дасту пой бояд чӣ хел бошад?
3. Агар гардона гоҳе ба як тараф ва гоҳ ба тарафи дигар ҳаракат кунад, чӣ ҳодиса рух медиҳад?

Ба кор омода сохтани мошини дарздӯзӣ

Дар вақти мошини дарздӯзиро ба кор даровардан дар рӯи платформаи мошин бояд ҳеч чиз набошад. Ҳамаи асбобҳоро баъди истифода бурдан мувофиқи қоида ва талаботи кор дар қуттиҳо ё халтачаҳои махсус ҷой кунед.

Дар вақти мошини дарздӯзиро ба кор омода кардан ҳамаи қисмҳои қоришро аз назар гузаронед. Онҳо бояд дар ҳолати корӣ бошанд ва сӯзани мошинро ба риштаҳои дарздӯзӣ мувофиқ интиҳоб кардан лозим аст. Сӯзанро ба мошин гузоред, риштаро дар найча печонед, риштаи болоӣ ва поёниро дар ҷояш гузоред.

Интиҳоби сӯзан ва ришта ба ғафсии матоъ ва маснуоти дӯзандагӣ вобаста аст.

Вобаста ба рақамҳои сӯроҳии сӯзан ҳар хел мешавад. Барои матои ғафс сӯзани борик гузоштан мумкин нест, чунки сӯзан дар ин ҳолат мешиканад. Барои матои борик сӯзани ғафс мондан мумкин нест, чунки дар ҷои дарз сӯроҳи сӯзан боқӣ мемонад ва дарз безеб мешавад.

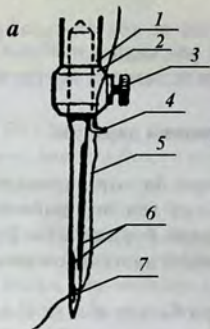
Вобаста ба тарзи дӯхтан сӯзанҳо чанд намуд мешаванд:

дароз ва кӯтоҳ, гафс ва борик, рост ва кач (барои дӯзиши махсус).

Соҳти сӯзани рост дар расм нишон дода шудааст. Он аз колбаи сӯзан, ки як тарафаш рости суфта ва тарафи дигараш барҷаста (ба он рақами сӯзанро мегузоранд) аст, иборат мебошад. Хизмати колба аз он иборат аст, ки сӯзанро ба сӯзангузорак дохил намуда, бо винти



Расми 36
Намудҳои сӯзани
мошини дарздӯзи



Расми 37

a – гузоштани сӯзани мошин:

1 – сӯзангузорак

2 – сӯзандорак

3 – винт

4 – риштагузорак

5 – ришта

6 – чӯяки кӯтоҳ

7 – сӯроҳӣ

б – чӯяки дароз

в – чӯяки кӯтоҳ ва сӯроҳӣ



саракдори дастаки тазйикдиҳанда маҳкам мекунад.

Кутри колбаи сӯзан аз кутри найчаи сӯзан калон аст. Бар қади найча дуто чӯяк мегузарад. Аз тарафи барҷастаи колба чӯяки дароз ва аз тарафи суфтаи найча чӯяки кӯтоҳ мавҷуд аст. Дар вақти дӯхтан чӯякҳо риштаро аз хӯрдашавӣ нигоҳ медоранд.

Нӯги тези сӯзан вазифаи дохилшавӣ ба матоъро иҷро мекунад ва он қисми кори сӯзан мебошад. Он барои гузаронидани ришта сӯроҳӣ дорад.

Интиҳоби сӯзан: барои он ки кӯк дурусту зебо бошад, сӯзанро дуруст интиҳоб кардан лозим аст.

Сӯзанҳои мошин аз рӯи рақамҳо фарқ мекунанд, аз 75 то 150 рақам дорад. Рақами он ҳар қадар калон бошад, сӯзан ҳамон қадар ғафс мешавад. Интиҳоби сӯзан ба ришта ва матои интиҳобшуда вобаста аст.

Ҷадвали 10

Интиҳоби сӯзан ва ришта

№	Матоъ	Рақами сӯзанҳо	Рақами ришта	
			пахтагӣ	абрешимӣ
1.	Матои борики абрешимӣ, шифон, крепдешин	75 – 65	–	65 – 75
2.	Чит, сунъӣ, абрешимӣ	90 – 85	80 – 90	–
3.	Матоҳои ғафси пахтагини куртаворӣ	85 – 90	40 – 60	–
4.	Матоҳои пашминӣ нафиси куртаворӣ	90 – 110	40 – 50	–
5.	Матоҳои пашминӣ ғафс ва костюмворӣ	120	30 – 40	–
6.	Матоҳои ғафси пашмӣ барои палто	120 – 150	30 – 40	–

Дар вақти интиҳоби сӯзан ба сифати он аҳамият додан лозим аст. Нӯги сӯзан бояд рост ва тез, чӯякҳо ва гӯшакаш суфта бошад, чунки ҷои ноҳамвораш сифати риштаро паस्त ва онро қанда мекунад.



Савол ва супориш

1. Қисмҳои сӯзани мошини дарздӯзиро гӯед ва нишон диҳед.
2. Сӯзани мошин аз сӯзани дастидӯзӣ чӣ фарқ дорад? Чаро риштаро дар сӯзани дастидӯзанда дар ақибаш ва дар сӯзани мошин дар нӯгаш мегузaronанд?
3. Қисми кори сӯзани мошинро гӯед, он кадом корро иҷро мекунад?
4. Интиҳоби сӯзан ба чӣ вобаста аст?
5. Сифати сӯзан чӣ хел муайян карда мешавад?



Фикр кун, ҷавоб деҳ, иҷро кун

Ду-се намуди сӯзанро ба дастатон гирифта муқоиса кунед, сифати онро муайян намоед ва гӯед, ки ба он кадом риштаро интиҳоб мекунед.

Муайян кунед, ки баъди азназаргузаронӣ ва интиҳоби сӯзану ришта, аъзои бригадаи корӣ ба сифати коратон чӣ хел баҳо доданд. Зарбулмасали доир ба сӯзан ва риштаро гӯед.

Гузоштани сӯзан ба сӯзандорак Машқ кардани гузориши сӯзани мошин

1. Сӯзангузорокро ба ҳолати аз ҳама баландаш мегузorem.
2. Винти сӯзандоракро он қадар маҳкам намекунем.
3. Сӯзанро дар сӯзандорак ба воситаи сӯзангузорокро то охир дохил кунед.
4. Ҷӯяки дарози сӯзан аз тарафи риштагузаронӣ бошад.
5. Винти сӯзандоракро маҳкам кунед.
6. Санҷед, ки сӯзан ба сӯроҳии пластинкаи сӯзангузорокро озод дохил шавад ва ба моку дар намонад. Барои ин сӯзанро аз поин ба боло дохил кардан лозим аст.
7. Ришта боло ва поёнро гузored.

8. Сифати кӯкро санҷед. Гузориши дурусти сӯзан барои кори мӯътадили мошин аҳамияти калон дорад.

Ҷадвали 11

Носозиҳо дар вақти кор бо мошини дарздӯзӣ ва сабабҳои нуқсони сӯзан ва гузориши он

№	Нуқсони сӯзан ва гузориши он	Носозӣ дар кори мошини дарздӯзӣ
1.	Сӯзани катшуда	Шикастани сӯзан, кандашавии ришта ва қадами кӯк
2.	Сӯзани кунд	Ҳалқапартоии кӯк, кандашавии ришта матоъ
3.	Нодуруст гузоштани сӯзан бо ҷӯяки кӯтоҳ аз тарафи ришта-гузаронӣ	Набаромадани кӯк, кандашавии ришта
4.	Сӯзанро пурра дохил накардан	Шикастани сӯзан, номунтазамии кӯк



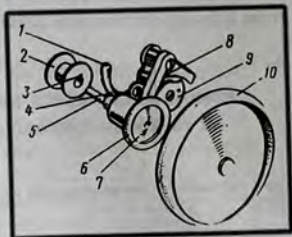
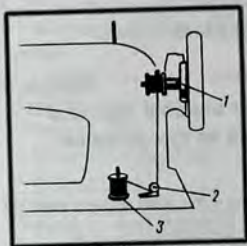
Савол ва супориш

1. Роҳи дуруст гузоштани сӯзанро гӯед.
2. Номи он қисми мошинро, ки сӯзан мегузоранд, гӯед.
3. Риштаро аз кадом тараф ба сӯзан мегузаронанд?
4. Ҷӯяки дарози сӯзан дар вақти гузоштан ба кадом тараф бояд нигоҳ кунад?

Ин калимаҳоро ба хотир дор: **колбаи сӯзан, ҷӯяки дароз ва ҷӯяки кӯтоҳи найчаи сӯзан, сӯроҳии сӯзан.**

Риштапечонак

Барои ба найча печондани ришта дар мошини дарздӯзӣ механизмҳои махсус: риштапечонак ва риштатарангкунак мавҷуданд. Риштапечонак (1) дар дасти мошин, дар назди гардона ҷойгир аст.



Расми 38

Воситаҳои ба найча
печонидани ришта:

- 1 – риштапечонак
- 2 – риштатарангкунак
- 3 – меҳвари галтак

Расми 39

Сохти найчаи риштапечонак:

- 1 – забонаки фишордиҳанда,
- 2 – найча, 3 – шикофи найча,
- 4 – пайвандак, 5 – меҳвар,
- 6 – чархи резинӣ, 7 – сӯрохи
найчаи риштапечонак, 8 –
фишанг, 9 – забонак, 10 – гардона

Риштатарангкунак (2) дар платформаи мошин ҷойгир карда шудааст. Риштапуркунак ин меҳварест (5), ки ба он втулка гузошта шудааст. Дар тарафи рости меҳвар чархи доирашакл (7) мавҷуд аст, ба гирди он чархи резинӣ (6) гузошта шудааст. Дар кунҷи чап пайвандак мавҷуд аст. Пайвандак ба фишанг (8) васл карда шудааст. Барои ба ҳолати зарурӣ маҳкам кардани меҳвар забонак (9) мавҷуд аст. Барои ҳамвор печонидани ришта забонакро (1) истифода мебаранд.

Риштатарангкунак аз ду шайбаи тарангкунанда, ки ба платформа маҳкам карда шудааст ва меҳвар барои галтак иборат аст.



Супориш

Расми найчаи риштапечонакро аз назар гузаронед ва қисмҳои онро дар мошини дарздӯзӣ нишон диҳед.

Машки риштапечониरो дар синфи 5-ум ичро карда будед, коидахояшро медонед. Барои хотиррасон шудан риштаро дар найчаи риштапечонӣ ба моку печонед. Дар вақти чокдӯзӣ воситаи ёрирасон – чадвали худуддорро истифода бурдан аҳамияти калон дорад. Он вақтро сарфа мекунад ва миқдори маснуот зиёд мешавад.

Дарзи мошини дарздӯзӣ

Дар вақти дӯхтани либосҳо дарзҳои пайвастунандаро истифода мебаранд. Дарзҳо якчанд хел мешаванд. Ҳоло бо намудҳои он – дарзи дукарата, дарзи бахиядӯзӣ, дарзи каткунӣ, дарзи кушод ва дарзи ноаён шинос мешавем, ки аз ҷумлаи дарзҳои зарурӣ мебошанд.

Кори амалии № 20

Иҷрои намунавии дарзи дукарата

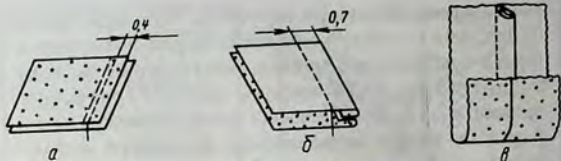
Таҷҳизот: куттии корӣ, чор намуди матои андозаашон 10x10 см.

Рафти кор:

1. Намунаро тайёр кардан: порчаҳои пайвастунандаро бо тарафҳои чапашон рӯ ба ҳамдигар монда, дастӣ кӯк занед.

2. Дӯхтани порчаҳо (расми 40 а). Онро дар мошин дӯхта, пас кӯки дастии онро канда, масофаи ҷои ҷокро ба ду тараф қат карда, дарзмол кунед. Ин намунаро ба тарафи чапаш гузошта, баъд боз дӯзед (расми 40 б).

3. Порчаҳоро дӯхта, кӯкҳоро канда, ҷои кӯкҳоро дарзмол кунед. Баъд гирди намунаи ҷоки дукаратаро бо кайҷӣ буред.



Расми 40

Тайёр кардани намунаи дарзи дукарата

Намунаи дарзи бахиядӯзӣ

Таҷхизот: куттии корӣ, чор порча матои андозаашон 10x10 см.

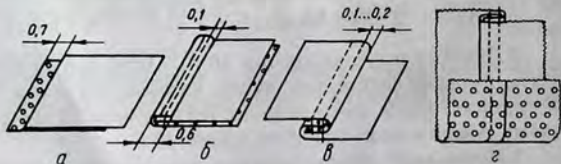
Рафти кор:

1. Тайёр намудани чок: матоъро гузошта, бо сӯзанак маҳкам кунед, тарафи ростро ба рост гузоред. Қисми поёни порчаҳо аз якдигар 0,7 см берун баромадагӣ бошад (расми 41 а).

2. Ҷои буриши порчаи болоиро қат карда, кӯк занед ва бо мошин дӯзед (расми 41 б).

3. Кӯкхоро канда, чокро ба як тарафи қисми болоӣ гузошта кӯк кунед ва баъд бо мошин дӯзед (расми 41 в).

4. Кӯкхоро канда, дарзмол кунед, канори дарзи бахиядӯзиро бо қайчӣ буред ва бо кӯки канорӣ дӯзед.



Расми 41

Намунаи дарзи бахиядӯзӣ

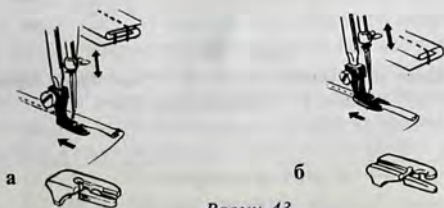
Воситаҳои ёрирасон дар вақти кор бо мошини дарздӯзӣ

Дар вақти кор бо мошини дарздӯзӣ воситаҳои ёрирасон аҳамияти калон доранд (расми 42). Онҳо сифати дӯхти маснуотро баланд мебардоранд, меҳнатро осон карда, истеҳсоли маснуотро афзун мегардонанд. Дар вақти кор бо воситаҳои ёрирасон кӯк задани қисмҳои маснуот зарур нест.

1. Бо ёрии воситаи ёрирасони чадвали ҳудуддор дарзи дукартатро меҳдӯзанд. Бо ёрии тазйикдиҳандаи баҳиявӣ (расми 43 а) баҳия меҳдӯзанд.



Расми 42
Чадвали ҳудуддор



Расми 43
Воситаҳои ёрирасон:

а – тазйикдиҳандаи баҳиявӣ, б – тазйикдиҳандаи буранда

Ба воситаи тазйикдихандаи буранда (расми 43 б) дарзи каткунӣ бо буриш ва дарзҳои васеъгиашон ҳархела ё андозаашон муайянро иҷро мекунанд.

Ин калимаҳоро дар хотир дор: дарзҳои зарурӣ, дарзи дукарата, дарзи бахиядӯзӣ, тазйикдихандаи бахиявӣ, тазйикдихандаи буранда.

?

Савол

1. Қоидаҳои дарзи бахиядӯзиро гӯед.
2. Воситаҳои ёрирасон дар вақти кор чӣ аҳамият доранд?

Чадвали худуддорро бо винт ба платформаи мошин маҳкам мекунанд. Ба таги тазйикдиханда тарафи ростайи ду порчаро гузошта медӯзанд ва охири чокро маҳкам мекунанд.

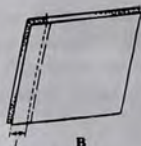
Дар хотир дор: бе истифодаи чадвали худуддор.



а



б



в

Расми 44

а – кӯк кардан ва дӯхтани қисмҳо, б – кӯкро канда дарзмол кардан, в – дарзмолкунии кӯк

?

Савол ва супориш

1. Аҳамияти чадвали худуддор дар чист?
2. Намуди дарзҳоро аз назар гузаронед ва қоидаҳои иҷрои онҳоро дар хотир доред.

§ 17. Дӯхтани пойчома

Ҳама чӣ будани мӯдро медонанд. Оё шумо онро пурра медонед?

Мӯд дар вақти ба вучуд омаданаш ҳамаро ба ҳайрат андохта, нофаҳмӣ, тасаввуроти ғалатро ба вучуд овард. Аммо дар кучо ва кай пайдо шудани мӯдро дар таърих нанавиштаанд. Мутахассисон пайдоиши мӯдро ба асри XIV мансуб медонанд. Баъзеашон мегӯянд, ки аз пайдошавии матоъ ба вучуд омадааст. То пайдоиши мӯд одамон аввал ба ҷои либос барги калон, пӯсти дарахтон, пӯсти ҳайвонот ва ғайраро мепӯшиданд. Онҳо пӯстхоро бо ресмон ба миён мебастанд. Ресмонхоро аз пӯсти шохчаҳои дарахт ва растаниҳо мебофтанд. Дар охир маснуотро аз ду тараф – пешу ақиб бо ҷӯбҳои нӯгаш тез ё сӯки моҳӣ ё сангҳои дарози нӯгаш тез ба китф медӯхтанд. Ин асбобҳо сӯзан ва либосҳои камзӯлчамонандро, ба мисли курта, камзӯлча, плаш, палто ва ғайра ба вучуд овард. Бандакҳое, ки барои баستاني маснуот ба миён истифода мешуданд, минбаъд пешдоман, шим, пойчома, труси, шалвор ва ғайраро ба вучуд оварданд.

Ба маҷмӯи либоси занона либоси тағ, курта, пойчома, якта (хилъат), ҷомаи пахтагин, пӯстин, кулоҳ, пойафзоли ҷармӣ ва ғайраҳо дохил мешаванд.

Курта, пойчомаҳо ва қисмҳои алоҳидаи либосро худи занҳо медӯхтанд. Аз сабаби он ки пеш бари матоъҳо кӯтоҳ буд, либосро ҳамроҳи остинаш яклухт мебуриданд (ба дарозии матоъ). Ҳоло ҳам ин намуди буриш маъмул аст. Онро барои занҳои солхӯрда истифода мебаранд. Барои занон ва духтарон пойчома ва куртаро аз матоъҳои якхела мувофиқ карда медӯзанд. Пойчомаро аз ҳар хел матоъ медӯзанд. Мувофиқи таъинот пойчома ба се гурӯҳ чудо мешавад: барои хоб, кор ва ҷойравӣ.

Пойчомаҳо барои хоб ва корро асосан аз матоъҳои пахтагин – чит, патис, маркизет, бумазӣ, сатин ва ғайра медӯзанд.

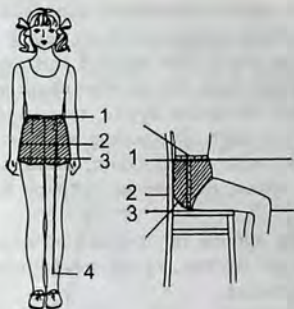
Пойчомаи ҷойравиро аз матоъҳои абрешимӣ, пашмӣ ва синтезӣ медӯзанд. Пойчома либоси озод, ба бадан намечаспидагӣ ҳисоб мешавад.

Барои дӯхтани пойчома чунин намуди ченкунӣ мавҷуд аст.

I.НЧС – ин ченакро пурра гирифта, нисфашро менависанд; бо ин ченак андозаро муайян мекунанд.

1.Ченак аз тарафи рости андом гирифта мешавад.

2.Ченакҳои дарозӣ пурра навишта мешаванд. Ченакҳои бар ва даврро нисф менависанд, чунки нақша ба нисфи ҳиссаи андом кашида мешавад.



Расми 45, а, б

Андозагирии пойчома

1 – хати миён,

2 – хати кос,

3 – хати қадам,

4 – хати дарозии либос

Шаклҳои андозагирии аз андом

1.Нимченаки миён (НЧМ). Агар либос ба бадан часпида истад, ҷои борики миёро ба ресмон ё ягон хел таноб баста, то болои ноғ ченак мегиранд. Яъне ченактасмаи матоиро аз ҷои борики гирди миён то болои ноғ гузошта, ченаки гирди миёро гирифта, нисфи ченаки гирди миёро менависанд.

2.Нимченаки кос (НЧК). Барои ин ченакро гирифтани

ченактасмаи матоиро ба гирди кос озод гузошта чен мекунанд ва нисфи ченакро менависанд.

3. Дарозии миён то шишт (ДМТШ). Барои ин ченакро гирифтани ченактасмаи матоиро аз ченаки миён то ҷои нишастан ба курсӣ аз паҳлу дар ҳолати нишастан гузошта, ченакро гирифта пурра менависанд.

4. Дарозии либос (ДЛ). Барои ин ченакро гирифтани аз ченаки миён то бучулаки пой ченакро мегирем ва пурра менависем. Чӣ қадар аз бучулаки пой паст ё баланд шуданаш ба худи дӯзанда вобаста аст.

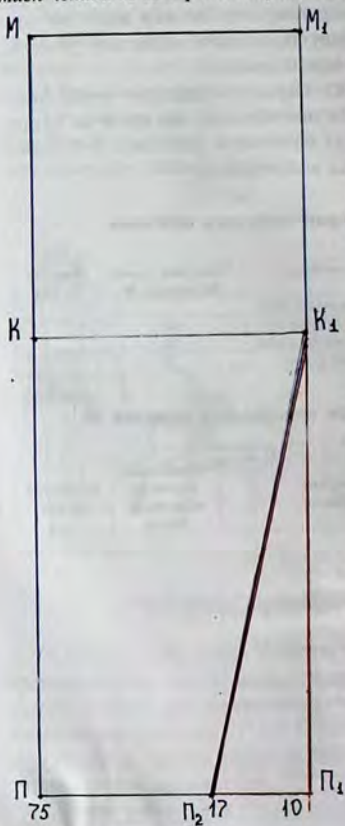
Нақшаи дастурии маснуоти пойчома

№	Аломати ченкуӣ	Номи ченкуӣ	Ченкунии умумӣ ба андозаи 38	Ченкуӣ ба худ
1.	НЧГМ	Нимченаки гирди миён	–	
2.	НЧГР	Нимченаки гирди рон	44	
3.	ДМТШ	Дарозии миён то шишт	30	
4.	ДЛ	Дарозии либос	75	

Соختани формулаи ҳисобкунии андозаи 38

№	Буришҳои ҳисобкуӣ	Формулаи ҳисобкуӣ	Ҳисобкунии умумӣ ба андозаи 38 бо см	Ҳисобкуӣ ба худ
1.	НП	$ДЛ = НП = 75$	75	
2.	ММ ₁	$НЧГК = ММ_1 + 10 + 44 + 10 = 54 + 2 = 27$, $ММ_1 = 27$, ММ ₁ =ПП ₁ =васеъгии ҷадвали нақша, адади 10, 12 ё 16 иловагии озод	27	
3.	МК	ДМТШ = адади доимӣ = 30	30	
4.	ПП ₂	Васеъгии поёни пойчома ихтиёрӣ аз ҳисоби андозагирии қисми васеъгии поёни пой 17. ПП ₂ = 17	17	
5.	П ₁ П ₂	$П_1 - П_2 = 27 - 17 = 10$		
6.	К ₁ П ₂	Барои ҳосил кардани К ₁ П ₂ нуқтаи К ₁ – ро бо нуқтаи П ₂ пайваست мекунем.	10	

Эзоҳ: Аз сабаби он ки пойчома васеъ буда, ба он банд мегузаронанд, барои сохтани ҷадвали нақша ба ҷои ченаки миён ченаки НЧГР-ро истифода мебаранд.



Барои сохтани нақша чунин қоида-хоро ба назар гирифташ лозим аст.

1. Барои кашидани нақшаи пойчома аввал нуқтаи М-ро мегирем, ба он ченаки ДЛ=75-ро мегузorem ва нуқтаи П-ро ҳосил мекунем.

2. Аз нуқтаи М ба тарафи рост НЧГК-ро (НЧГК=88:2+иловагии озод $10=44+10:2=54:2=27$) ҳосил карда, мегузorem ва нуқтаи М₁ ҳосил мешавад. Аз нуқтаи М₁ мувозӣ хат гузаронида, М₁П₁ ҳосил мекунем, ки он ба МП баробар аст.

Аз нуқтаи М ба поён 30 см нуқтаи нишастро чен карда, нуқтаи КК₁-ро ҳосил мекунем.

Барои ёфтани нуқтаи П₂ банди пойро чен карда, ченакашро аз масофаи ПП₁ тарҳ карда мегирем. Аз П то П₂-ро мегузorem.

Барои ҳосил кардани хиштаки пойчома нуктаи P_2K_1 -ро пайваст мекунем.

Барои ҳосил кардани қолаб он нақшаро бо ченкунии аслӣ (сантиметр) ба коғаз кашида, қолабро бо хати асосии ғафс рӯдавон мекунем. Агар хиштаки пойчомаро аз нуктаи K_1 ба поён пайваст кунем, як намуди пойчома (хиштак ба поён нигоҳ карда), агар аз нуктаи K_1 ба боло пайваст кунем, дигар намуди (хиштак ба боло нигоҳ карда) пойчома ҳосил мешавад, ё ки бе хиштак меӯзанд. Қисми болоии пойчомаро тасмамонанд ва қисми поёниашро манжетдор дӯхтан лозим аст.

Сохтани нақшаи пойчома Пойчомаи духтарона

Намуди андозагирӣ бо см $M_1 : 4$:

1. Дарозии пойчома – 75 (ДЛ)

2. Нимченаки гирди рон – 88 (НЧГР)

3. Дарозии миён то шишт – 30 (ДМТШ)

4. Васеъгии қисми поёнии пой – 17 (ВҚПП)

Нуктаи М-ро гирифта, ба он ченакҳои гирифтаре мегузorem ва бо хати борик асоси нақшаро мекашем.

Барои ҳосил кардани васеъгии нақша ($MM_1 = 88 : 2 + 10 = 27$, $MM_1 = 27$) дар ин ҷо ба андозаи 38 адади озоди 10 ҳамроҳ карда шудааст.

Сохтани қолаби пойчома

Барои сохтани қолаби пойчома коғази сафедро гирифта, мувофиқи қоида ба он ченакҳои нақшаро мегузorem. Хатҳои барои буридани қолаб заруриро ғафс мекашем. Онро бо қайчӣ мебузем.

Интихоби матоъ ва гузоштани қолаб ба матоъ

Барои интихоби матоъ таъби эстетикӣ, шароити иқлим, нақшу нигори миллиро ба назар гирифташ мувофиқ аст. Аз сабаби он ки иқлими Тоҷикистон гарм аст, тобистон матоъҳои пахтагӣ – чит, патис, абрешимӣ ва дар зимистон матоъҳои гарми пашмиро истифода мебаранд.

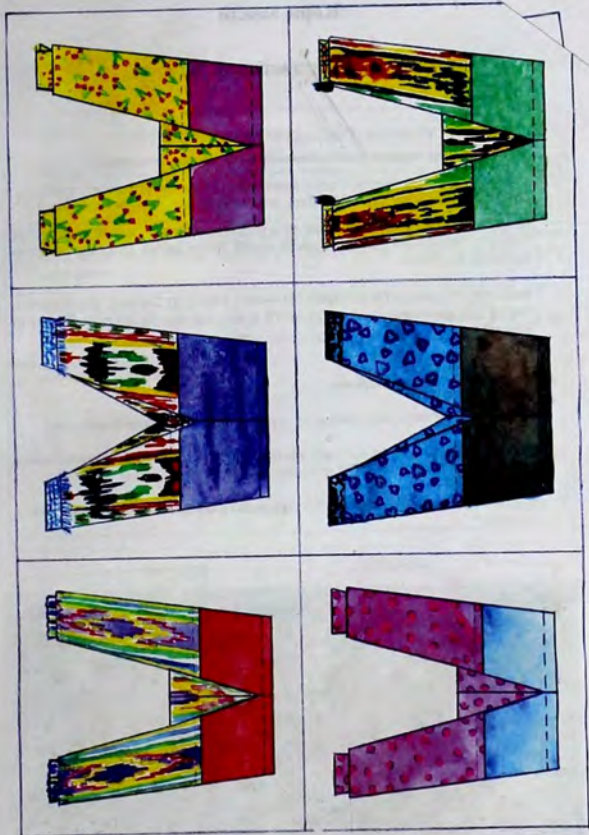
Ҳар як хонанда мувофиқи таъби худ гул, ранг ва матоъро интихоб карда медӯзад.

Аввал ҷои пайвастшавии матоъро медӯзем, яъне васеъгии маснуотро муайян карда, аввал дастӣ, баъд бо мошини дарздӯзӣ медӯзем. Баъд матоъро 4 қабат карда, ба рӯяш қолабро мегузorem. Қолабро ба матоъ бо сӯзанҷаҳо маҳкам мекунем. Гирдашро бо бӯри дӯзандагӣ хат мекашем.

Ба хати миён, яъне қисми боло 3 см ҳаққи чок, ба ҷойи хиштак 1,5 см, ба поёни пойҷома 1,5 см ҳаққи чок мегузorem. Ба ҷои қатшудаи матоъ ҳаққи чок намегузorem, барои он ки ин тарафи матоъ бутун меистад, намебурем.

Савол

1. Барои дӯхтани пойҷома кадом намуди ченкуниро истифода мебаранд?
2. Барои дӯхтани пойҷома кадом намуди ченакҳо лозим аст?
3. Дар вақти дӯхтани пойҷома чанд хати ченкуниро медонед?
4. Хати нақшаро бо кадом намуди хат мекашем?
5. Ба буришҳо чанд см ҳаққи чок дода мешавад?
6. Поёни пойҷомаро шумо бо кадом намуд ороиш медихед?



Расми 46

Кори амалӣ

Нақшаи дастурии № 1

Тайёр кардани матоъ барои буриши маснуоти пойчома	
1	Дуруст чен кардани дарозӣ ва бари маснуот.
2	Баъд ҷои буриши қисмҳои пеш ва ақибро меҳдӯзем, васеъгиро ҷокро 1 см гузошта, тарафи ростро ба рост монда, аввал дастӣ, баъд дар мошини дарздӯзӣ меҳдӯзем.
3	Баъд нуғи буриширо ба як тараф 0,5 см қат карда, аз болояш қўқ мезанем, барои тит нашудани ҷок онро дастӣ ё бо мошини баҳиядӯзӣ бо дарзи қанорӣ меҳдӯзем.
4	Худсанҷӣ. Аз назар гузаронед: а) Ченаки дарозӣ ва бари маснуот дуруст гузошта шудааст ё не? б) Қисми пеш ва ақиб бо ҷоқи васеъгиро 1 см дӯхтагӣ боз дар мошини дарздӯзӣ бо ҷоқи рост дӯхта шудааст ё не? в) Боз ба як тараф қат карда, 0,5 см гузошта, аз болояш ҷӣ хел ҷок дӯхта шудааст?



Расми 47

Кори амалӣ

Нақшаи дастурии № 2

Гузоштани қолаб ба матоъ ва буридани он	
1	Матои тайёркардари чор кат карда, тарафи росташро ба рост монда, ба чои кати матоъ қолабро мегузореи, чои хиштак бояд ба тарафи чоки пайвасти кисмҳо мувофиқ ояд.
2	Қолабро гузошта, бо бури дузандагӣ ё қалам хат мекашем. Баъд ҳаққи чоки онро барои кисми болоӣ 3 см, барои паҳлу 1,5 см, нуғи пой 1,5 см мегузореи.
3	Аз назар мегузаронем. Ҳаққи чок барои кисми болоӣ 3 см, паҳлу 1,5 см, нуғи поёни пой 1,5 см гузошта шуда бошад, он аз рӯи хати ҳаққи чок бурида мешавад.
4	Дарзмол кардани порчаҳо.
5	Худиязораткуний. Санҷиш. а)Тарафи рости матоъ ба росташ гузошта, бо чоки каткунии буришаш кушод кат карда шудааст ё не? б) Чок рости ҳамвор бошад, қолаб мувофиқи қоида гузошта шудааст ё не?



а



б

Расми 48



Савол ва супориш

1. Пайдархамии корро бо тартиб номбар кунед.
2. Чӣ гуна нуқсонҳо ҷой доранд?

Кори амалӣ

Нақшаи дастурии № 3

Пайвастанӣ қисмҳои хиштак	
1	Хиштак аз ду қисм иборат аст.
2	Дарозии ҳар ду қисми хиштакро дастӣ дӯхта, баъд мошина мекунем.
3	Ду қисми хиштакро бо ҳам пайваст мекунем, аввал дастӣ, баъд бо мошини дарздӯзӣ меҷӯзем.
4	Барои тит нашудани нуғи матоъ ва маҳкам шудани ҷоқ ҷои дӯхтагиро ба як тараф 0,5 см қат карда, аз болояш баҳия мезанем. Ин корро дастӣ, бо дарзи канорӣ ё бо мошини баҳиядӯзӣ иҷро кардан мумкин аст.
5	Дарзмол кардани қисмҳои маснуот.
6	Худсанҷӣ: а) дуруст будани ҷоқи хиштак; б) дуруст будани баҳияи дастӣ; в) дуруст ҳаракат кардани дарзмол.



Расми 49

Кори амалӣ Нақшаи дастури № 4

Коркарди қисми болоии пойчома	
1	Барои кат кардани қисми болоии пойчома 3 см дода шудааст. Аввал аз нӯги буриш 1 см кат карда, кати якумро дастӣ меҳузём.
2	Қати дуҷумро 2 см кат карда, аввал дастӣ, баъд аз лаби чок 0,2 см монда бо мошин меҳузём, барои гузаронидани банди резинӣ 1 см масофа меҳузёрем.
3	Банди резиниро ба ҷои каткардашуда меҳузёрем.
4	<p>Худназораткунӣ. Санҷиш:</p> <p>а) Кандани кӯкҳои дастӣ, каткунӣ дар мошини дарздӯзӣ. Ҳамаи қондаҳои дӯхт риоя шудааст ё не?</p> <p>б) Чокҳо росту ҳамворанд ё не?</p>



Расми 50

Кори амалӣ Нақшаи дастурии № 5

Коркарди қисми поёни пойчома	
1.	Барои он ки қисми поёни пойчома зебо намояд, мо порчаи алоҳидаи пахнаш 4 см ва дарозиаш ба васеъгии поёни пойчома баробарро мегирем.
2.	Ҳамон порчаро ба канори буриши поён дастӣ кӯк карда мепайвандем ва баъд дар мошини дарздузӣ медӯзем.
3.	Болои ҳамин порчаро 1 см қат карда, бо чоки қаткунии ноаён медӯзем.
4.	Худназораткунӣ. Санҷиш: а) Ду порча босифат пайваст шудаанд ё не? б) Қаткунӣ ба ченаки додашуда мувофиқ аст ё не? в) Ҳамаи қисмҳои пойчома босифат дарзмол карда шудаанд ё не?



Расми 51

Кори амалӣ Нақшаи дастурии № 6

Пайваст кардани хиштак ба қисми асосӣ

Аввал хиштакро ба қисми асосӣ аз маркази нуқтаи K_1 ба поён дастӣ кӯк мекунем.

Баъд ин кӯкхоро бо мошини дарздӯзӣ меҷӯзем.

Чокхоро ба як тараф қат карда, аз болояш 0,5 см гузошта, меҷӯзем. Баъд нуғи чокро дастӣ ё бо мошин бахиядӯзӣ мекунем.

Чокхоро дарзмол мекунем.

Худназораткуний. Санҷиш:

- а) баробар будани масофаи хиштак то поёни пойчома;
- б) ҳамвор будани чоки хиштакҳо;
- в) дуруст дарзмол кардани хиштакҳо.



Расми 52

Кори амалӣ Нақшаи дастурии № 7

Ороиш додани кисми поёни пойчома	
1	Юрма задан бо мошини юрмадӯзӣ.
2	Чихак шинондан.
3	Чихаки дастидӯхт ва чихаки тайёр – тасмаҳо.
4	Нуги пойчаҳои пойчомаро бо магзихои гуногун дӯхтан мумкин аст.
5	Ба чимчима ё тӯр оро додани почҳои пойчома.
6	Худназораткунӣ. Санчиш: а) якхела шудани магзӣ, чимчима, тӯр ва чихакҳо; б) чокҳо хамвор ва кӯк кандагӣ бошад.



Расми 53

§ 18. Маълумот дар бораи таҷҳизоти дӯзандагӣ

1. Сӯзан асбоби дарздӯзӣ буда, онро аз замонҳои қадим истифода мебаранд. Аввал ба ҷои сӯзан хори дарахтон, устухони моҳию ҳайвонотро истифода мекарданд. Баъд онро аз нуқра, мис, тилло, оҳан ва дертар аз пӯлод месохтагӣ шуданд. Аз асри XIX истихсоли фабрикии сӯзан ба роҳ монда шуд. Андозаи сӯзанҳо аз № 1 (хурд) то № 12 (калон) буда, асосан аз пӯлод сохта мешаванд. Барои матоъҳои тунук сӯзанҳои № 1, 2, 3-ро истифода мебаранд. Сӯроҳии сӯзанҳо вобаста ба андозаашон ҳар хел мешавад.

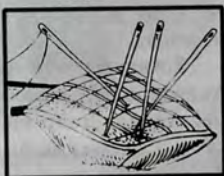
2. Қайчӣ – асбоби тези дӯзандагӣ. Он аз замонҳои қадим маълум аст. Баъд аз пайдо шудани қайчӣ дар болои дари дӯкӯнҷаҳои дӯзандагӣ ҳамчун нишон ё рамзи дӯзандагӣ шакли қайчиро мекашиданд.

Қайчӣ барои буридани матоъ, ришта ва ғайраҳо зарур аст. Андозаи онҳо аз № 1 (калон) то № 8 (хурд) мешавад. Барои матоъҳои борик № 1 ва барои риштаҳо № 8-ро истифода мебаранд. Қайчиро аз пӯлод месозанд.

3. Ангуштпона ҳанӯз аз асри XV маълум буд. Ангуштпоноро аввал аз ҷарм, тилло ва дигар металлҳо месохтанд. Доир ба пайдоиши ангуштпона ривояте ҳаст. Гӯё писаре ба духтаре ошиқ шудааст, ки вай хизматгори подшоҳ будааст ва ба либос гулдӯзӣ мекардааст. Барои он ки сӯзан ба дасти духтарак нахалад, ҷавон ангуштпоноро сохта, ба вай тӯҳфа кардааст. Ангуштпона бо ҳамин роҳ ихтироъ шуд ё бо роҳи дигар аҳамият надорад. Муҳимаш он, ки вай дар вақти дарздӯзӣ ангуштони дастро аз халидани сӯзан эҳтиёт мекунад. Аввал онро бе сарак тайёр мекарданд, баъд бо сараки болояш маҳкам тайёр мекардагӣ шуданд.



Расми 54
Ташкил кардани ҷои кор барои
дӯзиши дастӣ



Расми 55
Сӯзангузорак



Расми 56
Ченактасмаи матой



Расми 57
Бӯри дӯзандагӣ

Ташкил кардани ҷои қор барои дӯзиши дастӣ. Риоя кардани қоидаҳои беҳатарӣ дар вақти дарздӯзӣ



1. Сӯзанро ба рафиқатон бо тарафи кундаш дароз кунед.

2. Сӯзанро ва сӯзанақхоро гум накунад, онҳоро пеш ва баъд аз қор шумуред.

3. Сӯзанро ва сӯзанақхоро ба либос нагузоред, ба даҳон нагиред, онҳоро дар сӯзангузрак нигоҳдоред.

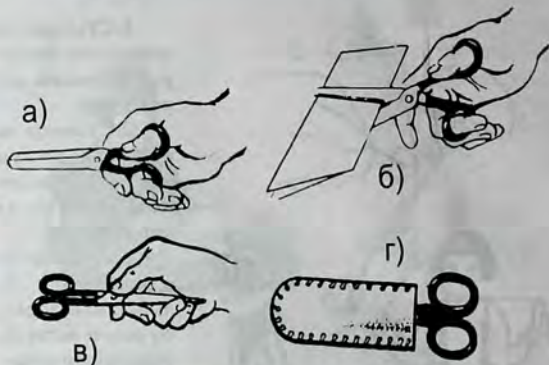
4. Дар вақти дарздӯзӣ дарозии ришта бояд ба 60 см баробар бошад ё чунон ки дар расм нишон дода шудааст. Риштаро ба сӯроҳии сӯзан аз тарафи аз галтак кандагиаш гузаронед ва гиреҳ кунед, дар ин ҳо-



лат ришта дар вақти дарздӯзӣ моил, ҳалқа нашуда ҳаракат мекунад.

5. Дар вақти дарздӯзӣ ангуштпонаро истифода баред, то ки дастро аз халидани сӯзан эҳтиёт кунед.

Дар вақти кор бо қайчӣ дар хотир доред:



Расми 58

Кор бо қайчӣ: а – қайчиро ин тавр доред, б – бо қайчӣ ҳамин тавр буред, в – қайчиро ба рафиқатон ин тавр диҳед, г – қайчиро ҳамин тавр нигоҳ доред.

§ 19. Дарз ва кӯкҳои дастӣ

Чои буридаи пораҳои матоъ тит мешавад, бинобар ин чои буридашудаи қисмҳо бо кӯкҳои дастӣ (намудҳои бисёр доранд) ва мошинӣ (монанди дарзи - I), кӯкҳои сӯзан аз пеш ва ақибӣ ришта (дарзи - II), дарзи қаткунӣ (асосан барои қат кардани домани хамаи маснуот) ба ҳамдигар пайваस्त карда мешаванд.

• III. Дарзи занҷирча. Ин хел дарз фақат барои ороиши маснуот истифода бурда мешавад.

IV. Дарзи кашидадӯзӣ. Ин хел дарз барои дӯхтани гулҳо, унсурҳои растанигӣ, меваҳо, симои одамон, паррандаҳо ва ғайра истифода мешавад.

Кӯки пайваста ё ришта ба пеш

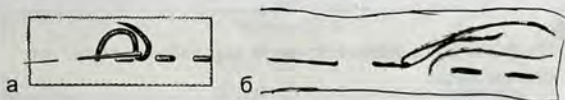
Кӯки ришта ба пеш ё кӯки пайвастаро барои муваққатан пайваст кардани пораҳои матоъ ва муваққатан пайваст кардани ороиш ба матоъ, дар пораҳои матоъ ишора кардани хати мобайн, сохтани чинҳо ва ғайра истифода мебаранд. Кӯки ришта ба пеш як намуд дорад, онро дар тарафи рост ва чапи матоъ ҳамчун кӯки калон ва майда истифода мебаранд. Дарзро аз рост ба чап бо кӯкҳои рост медӯзанд. Барои матоъҳои тунук дарзи кӯк бояд 0,5 – 1 см, барои матои ғафс 1 – 3 см бошад. Барои ҳосил кардани чин дарозии кӯк то 0,1 – 0,5 см мешавад.

Кори амалии № 21

Иҷрои кӯки ришта ба пеш барои намуна

Таҷхизот: сӯзани сӯроҳиаш калон, қайчӣ, ришта, чадвал, қалам.

Воситаҳои ёрирасон: ангуштпона, сӯзанақ.




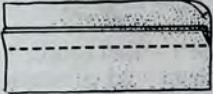
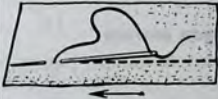
Расми 59

а – кӯки оддӣ, *б* – кӯки сӯзан ба пеш

Рафти кор. Барои матои тунук читро намуна гирифтани мумкин аст. Дар ин вақт масофаи кӯк 0,5 – 1 см мешавад.

Ин кӯкро ёд гиред.

Кӯки пайвасткунанда бо намуди кӯки ришта ба пеш.

№	Расм	Рафти кор
1	 <p>а) Тарафи ростааш</p>	<p>Қисмҳо барои намуна. Аз матоъ ду пораи дарозинаш 15 см, бараш 10 см (ё 12 см – 8 см) буридан лозим аст.</p>
2	 <p>б) Тарафи чаппааш</p>	<p>Тарафи рости пораи дуёми ченакаш якхеларо ба рост гузошта, аввал бо сӯзанак маҳкам кунед, баъд дӯзед. Васеъгии чок аз 0,5 см то 2 см, шумораи қадам дар 1 см – 4 – 5-то.</p>
3	 <p>в) Кӯки ичрошуда</p>	<p>Ичрои кӯк. Кӯк бо фосилаи аз 0,5 см то 1 см дӯхта мешавад.</p>

Супориш

Намунаи кӯки пайвастуниро дар албоми кориатон ороиш диҳед.

Кӯки қатқунӣ

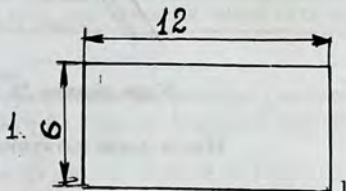
Вобаста ба сохти матоъ намуди қатқунӣ ҳар хел мешавад. Кӯки пайвасткунанда – пайвасткунандаи ду пора. Кӯки қатқунии ноаён дар вақти дӯхтани бари доман, нӯги остин ва ғайра истифода мешавад.

Аз тарафи чапи кӯк қат карда, кати намоёни матоъ бо кӯки дастӣ дӯхта мешавад, ки он қариб ноаён аст. Васеъгии қатқунӣ аз 0,5 то 4 – 5 см.

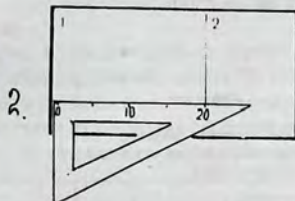
Барои он ки намунаи чокро аз матоъ тайёр кунед ё пораҳои маснуот ё худ маснуотро бо андозаи муайян дӯзед, чунин қоидаҳоро доимо дар назар доред.

Расми 60

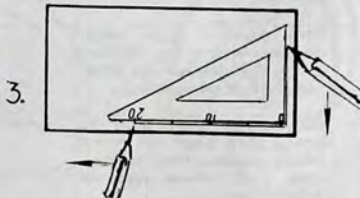
1. Дар хотир доред: ченакро рӯи когаз ё матоъ сарфакорона ва оқилона гузоред.



2. Ба хотир оред: бо қадвали секунҷа хатро аз рӯи ченак дуруст кашидан лозим аст.



3. Ёд гиред: ченаки қисмҳои алоҳидаро доимо баъд аз милки матоъ гузоред.



Эзоҳ: Намунаи дарозиаи 12 см, бараи 6 см, дарозиаи 15 см ва бараи 10 см ё бо таъби худ интиҳоб кунед.



Савол ва супориш

1. Ахамияти сарфакорона ва окилона гузоштани ченак дар чист?
2. Дар вақти пораҳои намунавӣ ва маснуотро пурра дӯхтан доимо ин қоидаҳоро риоя кунед.

Кори амалии № 22

Иҷрои дарзи қаткунии ноаён

1. Тачҳизот: сӯзан, қайчӣ, чадвал, қалам.
2. Воситаи ёрирасон: ангуштпона.
3. Масолах: андозаи тайёри матоъ, дарозиаш 12 см ва бараш 6 см, ғалтаки риштадор.

№	Рафти кор	Расм
1	Канори ростии матоъро ба тарафи чапаш 0,5 см қат карда, бо кӯки рост дӯзед	
2	Қати якумро боз якбор қат карда, 2 см дӯзед (яъне васеъгии қати 2-юм – 2 см)	
3	Нуғи риштаро берун кунед, сӯзанро бо кунҷ ҳаракат кунонда, 2 – 3 тори матоъро бо сӯзан гирифта, баъд риштаро кашед	
4	Ин кӯккуний ноаён буда, аз тарафи рост фақат чун нуқта намоён мешавад. Онро дарзмол карда, дар албоми кориатон ороиш диҳед.	

Эзоҳ: Агар матоъ гафс бошад, бо матои якранг ё лента, тасма ва гайра медӯзанд.

Тасма ё матои якрангро 1,5 ё 2 см гирифта, тарафи рostaшро ба рост гузошта, кӯк кунед. Баъд онро ба тарафи чапаш кат карда, хоҳед кӯк мекунад, боз як бор дар мошини дарздӯзӣ бо кӯки ноаён медӯзед.

Санҷиши рафти кор:

1. Матои дуруст буридагӣ шаклаш росткунча мешавад.

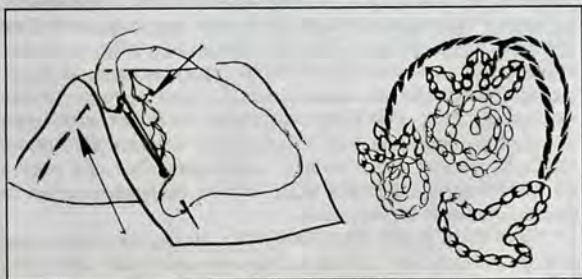
2. Қабати кӯки яқум ба андозаи додашуда мувофиқ бошад.

3. Қабати дуюм дуруст дарзмол кардагӣ ва фосилаи кӯк 1 – 1,5 см бошад.

4. Кӯки ноаёни матои 2 – 3 тора ш гирифтагӣ тарафи рostaш ҳамчун нукта намоён асту халос.

Ин дарзро ёд гиред:

Иҷрои кӯки занҷирча. Кӯки занҷирча аз тарафи рostaш занҷирчаро ба хотир оварда, тарафи чапаш ба кӯки оддӣ монанд аст. Кӯк аз боло ба поён иҷро карда мешавад, дар вақти дӯхтан ришта аз таги сӯзан меояд. Дар вақти дӯхтан риштаро бо ангуштон ба поён нигоҳ дошта истед.



Расми 61

Кӯки занҷирча (тарафи рости кӯк, тарафи чапи кӯк)

Санҷиши кори иҷрошуда:

1. Қоидаи риштагузаронӣ ва дӯхт риоя шудааст ё не?
2. Фосилаи кӯк яхела бошад.
3. Намуди чок аз тарафи матоъ ҳамчун кӯки оддӣ намоён бошад.

§ 20. Бахиядӯзӣ

Санъати бахиядӯзӣ таърихи қадимӣ дорад. Дар охири асри VI – VIII санъати бофандагӣ ва дӯзандагӣ пайдо шуда, дар давраи Сомониён ба дараҷаи баланди тараққиёт расидааст.

Анъанаҳои санъати бахиядӯзӣ мунтазам тақомул ёфта, дар асрҳои XIV – XVII сару либосро бо бахия оро додан маъмул гашт. Либосҳои шоҳонаи бахмалӣ ва либосҳои мансабдорону бойхоро бахиядӯзӣ мекарданд, ки ин ба либосҳо намуди махсус ва зебоӣ мебахшид.

Санъати бахиядӯзӣ охишта-охишта дар ҳама ҷо, аз авлоди қадими Сомониён то халқҳои қадими Рус вобаста ба маросимҳои онҳо паҳн шуд.

Чунончи ҷиҳози духтарони аз синни 13 – 15 - солагӣ ба шавҳар баромада аз маснуоти бахиядӯзӣ – дастархон, сачоқҳо, ҷойникпӯшак, дегпӯшак, пешбандак, дастпӯшак, либосҳои тӯёнаи ҳошиядор, либосҳои мардона, сарпӯши савгоҳо иборат буд. Дар тӯй ба хешу табори домод арӯсшаванда либосҳои дӯхтаи худро тӯхфа мекард, ки бо ин маҳорати ҷеварӣ ва меҳнатдӯст будани арӯсро нишон медоданд. Зебо дӯхтани онҳо таъби баланди эстетикӣ дӯзандаро нишон медод. Умуман дар хонадони тоҷикон занҳо ба ҳунари дастӣ машғул мешуданд. Онҳо бо ришта матоъ мебофтанд, кашида медӯхтанд ва ин ҳунари худро ба фарзандонашон ёд медоданд.

Бахиядӯзӣ имрӯз ҳам маъмул аст. Ҷеварони мохир ҳоло ҳам ҷиҳози ошхона – дастархон, сачоқу сачоқчаҳо, дастпӯшак, ҷойникпӯшак, ҷойникмонак, дегпӯшакро бахиядӯзӣ ва гулдӯзӣ мекунанд.

Бахияро аз рӯи нусхаи махсус медӯзанд. Бо ин дарз асосан

либосҳоро – китфҳо, нӯги остини камзӯл, пеши синаҳо, домани пешбандак, домани либосҳоро оро медиханд. Ба чокҳои бахиядӯзӣ дар рӯи матоъ чокҳои кашидаи бошумор, чоки ироқӣ, чокҳои кашидашуда (намуди гул, ҳайвон, растаниҳо ва ғайра), чокҳои атласмонанд, чокҳои ҳамвори бошумор, чокҳои оддӣ, чоки поягӣ, чоки гирех, чоки бофта ва ғайра дохил мешаванд.

Дар вақти бахиядӯзӣ якчанд чок дар як вақт истифода бурда мешавад.

Ташкили ҷои кор барои бахиядӯзӣ ва иҷрои қоидаҳои санитарии гигиенӣ ва техникаи бехатарӣ

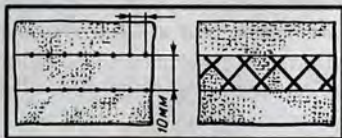
Барои қулай будани бахиядӯзӣ ва мондаю хаста нашудан ҷои кори бахиядӯзиро дуруст ташкил намудан ва ба қоидаҳои муайяни меҳнат риоя кардан лозим аст.

Таҷҳизоти ёрирасон бояд дар рӯи миз истанд, равшанӣ аз тарафи чапи миз афтад. Дар рӯи миз куттичаҳои ришта, қайчӣ, болиштчаҳои сӯзанмонак ва нусхаи гули кашида (дар папкаҳои махсус)-ро гузоштан лозим аст.

Ҳангоми кор каме ба пеш ҳам шавед. Масофаи байни чашм ва кор бояд 25 – 30 см бошад.

Дар вақти кор дастро дуруст мондан аҳамияти калон дорад: дасти чап дар зери кашида ва дасти рост дар болои кашида бояд бошад, нӯги сӯзан дар дасти чап буда, ба тарафи ростии кашида бароварда мешавад, бо дасти рост ришта таранг кашида мешавад.

Расми 62
Чоки ироқӣ
(чоки шоҳона)



Савол

1. Кадом намудҳои бахиядӯзиро медонед?
2. Барои бахиядӯзӣ кадом намуди таҷҳизотро истифода мебаред?

БОБИ Ш. КАСБУ ҲУНАРИ МИЛЛӢ

§ 21. Сохтани чойникпӯшак ва чойникмонак

Чойникпӯшак яке аз намунаҳои маснуоти ошхонагӣ мебошад, ки дар сохтани он ороиши миллиро истифода мебаранд.

Омӯзиши мероси бойи санъати ороиши амалӣ ва хунарҳои мардумӣ, инкишофи он умдатарин ва муҳимтарин раванди таълим мебошад ва дар баланд бардоштани дараҷаи маърифатнокии ҷамъият роли калон мебозад.

Санъати ороиши амалӣ монанди дигар фаъолияти эҷодии ҷавонон дар баробари эҳё намудани хунарҳои мардумӣ имконият медиҳад, ки насли имрӯза бо донишҳои техникаи фарогир шуда, малака ва таҷрибаи ҳудро тақмилу тақвият диҳад. Ҳамзамон қазияи мазкур барои интиҳоби дурусти касбу хунар ва тайёр шудан ба меҳнат мусоидат менамояд. Ба ҳамагон маълум аст, ки бо тақозои замон қисми зиёди анъанаҳо ва хунарҳои мардумӣ қурби ҳудро гум карда, аз байн мераванд. Ин омилро ба ҳисоб гирифта, дар назди Донишкадаи соҳибкорӣ ва хизмат дар соли 1991 тайёр кардани мутахассисони дараҷаи оли оид ба ихтисоси 052300 – санъати ороиши милли ва хунарҳои мардумиро ба роҳ монданд, ки маданияти дӯзиши милли, нақшу нигори маҳалҳо ва ороиши либосҳои милли, зебузинати ҷихози хоб ва ошхонаро эҳё менамоянд. Ҷихози ошхона пешдоман (пешгир), дастпӯшак, дегпӯшак, чойникпӯшак, чойникмонак ва ғайра мебошанд.

Онҳоро бо тугмаҳои металлӣ, ҷармӣ, баҳмалин, марҷонҳо, ресмонҳои пахтагин, абрешимӣ, пашмӣ, зар, тӯр ороиш медиҳанд.



Расми 63
Дӯхтани чойникпӯшак

Чойникпӯшакро аз матоъҳои пахтагин, зағирӣ, абрешимӣ, пашмӣ ва ғайра медӯзанд. Онҳо аз лахтакҳо (матопора) ҳам дӯхта мешаванд. Дар вақти истифода ба он пахта меандозанд. Агар матоъ ғафс бошад, дастӣ лаганда мекунад ё бо мошини дарздӯзӣ дӯхта, баъд ороиш медиҳанд, ба он паралон ё дигар матои сунъӣ ё синтезӣ мегузоранд. Баъд астар гузошта, аввал лагандаи оддӣ ё ороиширо истифода бурда, дастӣ ё дар мошини дарздӯзӣ медӯзанд.

Барои дӯхтани чойникпӯшак кутри чойникро бо даста ва чумакаш (аз ду тараф 2 см гузошта) ва ҳамчунин баландиашро ҳам чен карда (2 см гузошта), қолаб созад ва онро ба матоъ гузошта буред, хоҳед пахта, ватин, паралон ё матои астарӣ гузошта, аввал як қисмашро, баъд қисми дуумашро лаганда кунед ё бо аппликатсия мувофиқи таъби худ ороиш диҳед.

Чойникпӯшак бо намуди хурӯсак

Барои дӯхтани чойникпӯшаки хурӯсак аз рӯи андозаи гирифташуда (андозааш дар боло дода шудааст) аз қоғаз қолаб созед ва онро рӯи матоъ гузошта буред. Баъд онро бо истифода аз қоидаи дӯзиши аппликатсия ва дӯзиши гирди маснуот дӯзед (чашмашро аз тугмаҳои ранга ё матоъ сохтан мумкин).

Чойникпӯшакро бо намуди дарзи баҳиядӯзӣ медӯзанд. Чихози ошхона – пешгир (пешдоман), сарбандак, дастархон, сачоқчаҳо, сурфагузорак ва ғайра низ бо ҳамин усул дӯхта мешаванд.



Расми 64

Чойникпӯшакро аз лахтакҳо ҳам дӯхтан мумкин. Лахтакҳоро барои абра тайёр мекунанд.

Баъди тайёр кардани абра ба он астарашро медӯзанд. Қоидаи қолабгириро дар назар дошта, қолаби тайёрро ба абра (яъне қисми 1-уми онро) гузошта, қисмҳоро дунусха мебуранд ва мувофиқи қоида медӯзанд.

Дар вақти дӯзиш аз чоки дарундӯхт истифода бурда, яқбора ба гирди чойникпӯшак тӯр, тасма ё лентаро чинчун карда дӯхтан ва баъд ҳар хел ороиш додан мумкин аст.



Фикр кун, ҷавоб дех, соз

Барои дӯхтани ҷойникпӯшак ва ҷойникмонак матоъҳои атсетатиро истифода набаред, чунки аз таъсири гармии ҷойник рангаш мепарад. Агар ба он ҷой резад, баъди хушк шудан доғ боқӣ мемонад. Маснуоти дӯхтаатонро ба аъзои оила нишон диҳед ва баҳои онҳоро нисбати кори худ муайян кунед.

Дӯхтани ҷойникмонак

Барои сохтани ҷойникмонак матоъҳои ҳархела истифода бурда мешаванд. Агар матои пашмӣ бошад, беҳтар аст. Андозаи ҷойникмонак ба таъби шахс вобаста аст. Қутри ҷойникмонак назар ба таги ҷойник 5 ё 10 см калонтар бошад, беҳтар аст. Онро ба ҷойникпӯшак баробар дӯхтан ҳам мумкин аст.

Ҷойникмонакро ба шакли секунҷа, чоркунҷа, доирашакл ва гайра дӯхтан мумкин аст. Барои он ки доирашакл бошад, аввал гирди онро медӯзем. 5 – 6 см монда, ба гирдаш якбора лента, тӯр ё тасмаро гузошта, аз тарафи чапаш дӯхта, абраашро бо астараш пайваस्त мекунанд (қисми 1-умро бо 2-юм, тарафи рostaшро ба рosta гузошта, дастӣ ё бо мошини дарздӯзӣ медӯзанд).

Ба дохили он камтар пахта гузошта лаганда мекунанд ва ороиш медиҳанд.

Кори амалии № 23

Тартиби дӯхтани ҷойникмонак

Таҷҳизот: матоъ, қайчӣ, сӯзан, ришта.

1. Қолаби ҷойникмонакро тайёр кунед.

2. Қолабро ба матоъ бо сӯзанчаҳо маҳкам кунед.



Расми 65
Намудҳои чойникпӯшаку
чойникмонак ва аппликатсияи
онҳо



3. Хати гирди қолабро гузаронида, қисмҳои тайёршударо буред.

4. Қисмҳои чойникмонакро бо усули сӯзан ба пеш дӯзед.

5. Дурустии пайвасти қисмҳоро аз назар гузаронед.

6. Гирди чойникмонакро бо чоки гирддавонӣ дӯзед.

Бо ҳамин қоида датспӯшак барои даст гирифтани зарфҳои гарм ва ғайраро медӯзанд.

Баъди дӯхта шудан сифати дӯхт, ороиш ва кори хурро аз назар гузаронед.



Савол ва супориш

1. Ба сифати дӯхти маснуоти худатон ва аъзои бригада баҳо диҳед.

2. Матоҳоро чӣ хел интихоб мекунанд?

3. Қоидаи гирифтани ченак чӣ хел аст?

4. Қоидаҳои сохтани андозаи маснуот кадом аст?

5. Шаклҳои буриши маснуот ба андозаи чойникпӯшак ва чойникмонак мувофиқ аст ё не?

6. Барои дӯхтани чойникпӯшак ва чойникмонак кадом матоҳро мувофиқ мебошанд?

БОБИ IV. ҶУЛОҲӢ

§ 22. Ҷулоҳӣ бо сикхо

Бофишро чунин сар мекунем:

Ресмонхоро ба дасти чап (расми 66 а) мегирем. Ду сикхро якҷоя аз зери ресмони корӣ, ки аз калоба меояд (расми 66 б), дароварда, ресмони дар ангушти ишорат бударо кашада аз ҳалқаи ангушти калон мегузаронем, ангушти калонро аз ҳалқа озод карда, ресмонро мекашем. Барои ҳосилшавии ҳалқаҳои минбаъда ҳамин тарзро такрор кардан даркор аст (расми 66 в). Ҳалқачаҳои пайиҳам пайдошударо қатори аввал меноманд. Ҳалқаҳои якум ва охириро ҳалқаҳои канорӣ (ҳошиягӣ) мегӯянд. Ҳалқаҳои охирини қатор бо ҳалқаи роста ё чаппа баста мешавад.

Ҳалқаҳои роста ва чаппаро ба ду тарз бофта мумкин аст:

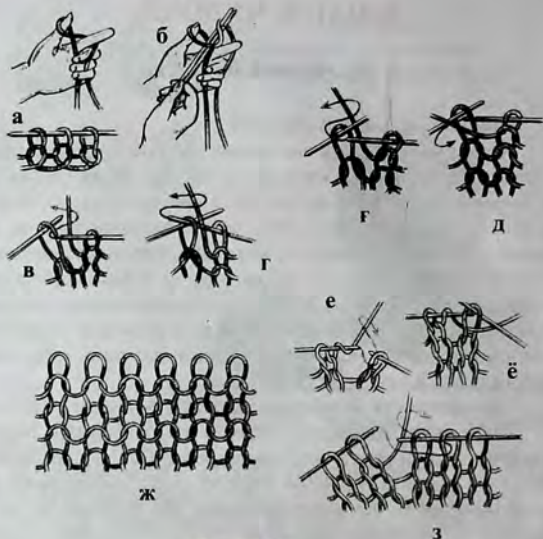
Тарзи якум. Ҳалқаи ростаро аз пеш мебофанд. Барои бофтани ҳалқаи роста сикхи дасти ростро ба ҳалқаи якуми сикхи чап андохта, ресмони кориро аз он мебароранд, аз ресмони корӣ ҳалқа ҳосил мешавад. Ин ҳалқаро бо сикхи дасти рост мегиранд (расми 66 г). Ба он ҳалқаи тарафи чаппа мувофиқ аст, ки бофтани он дар расми 66 г нишон дода шудааст.

Тарзи дуум. Ҳалқаи роста аз қафо бофта мешавад, яъне сикхи дасти ростро ба даруни ҳалқаи якуми дасти чап аз рост ба чап бурда, ресмони кориро аз он мебароранд (расми 66 д). Ба он ҳалқаи чаппа мувофиқ аст, ки дар расми 66 е нишон дода шудааст. Ба ин тарз чуроб ва резинка мебофанд.

Хомҳалқаҳо рост ва печон мешаванд.

Хомҳалқаи рост (расми 66 ё): сикхи ростро аз тарафи рост ба чап аз зери ресмони корӣ мегузаронанд.

Хомҳалқаи печон (расми 66 ж): сикхи ростро аз тарафи чап ба рост аз тарафи худ аз зери ресмони корӣ гузаронидан мумкин аст.



Расми 66
Тарзҳои бофиш

Бофиши чуробӣ дар расми 66 з нишон дода шудааст. Барои чулоҳии ҳамвор бояд як қатор (аз тарафи рост) ҳалқаҳои роста ва қатори дуум (аз тарафи чаппа) ҳалқаҳои чаппа бофта шавад.

Рӯймолбофӣ. Ҳангоми чулоҳии ҳамвор ҳар ду тарафро як хел (ё бо ҳалқаҳои чаппа ё роста) мебофанд.

Резинка – пайихам омадани сутунчаҳои ҳалқаҳои чаппа ва роста, масалан: 1 роста, 1 чаппа ё 2 роста, 2 чаппа ва гайра. Ҳалқачаҳои дар тарафи рост буда ҳалқаҳои роста ва ҳалқаҳои дар тарафи чап буда ҳалқаҳои чаппа ном доранд.

Резинкаи англисӣ. Дар ин тарзи бофиш аз аввал то охир бофиши қаторҳо такрор мешавад. Қатори 1-ум – хомҳалқан

рост, як ҳалқаро намебофанд (рesmони корӣ аз пушти сикхо мегузарад), 1 ҳалқаи рост. Қатори 2-юм ва ҳамаи қаторҳои минбаъда – 1 хомҳалқаи рост, як ҳалқаро намебофанд (рesmони корӣ аз пушти сикхо мегузарад), ҳалқа ва хомҳалқаи қатори пешинро якҷоя карда, аз боло ҳалқаи рост мебофанд.

Дар ин тарзи бофиш шумо ситораҷаҳоро вомехӯред, ки ин **рапорт** ном дорад. Ситораҷа чунин маъно дорад: комбинатсияи ҳалқаҳои байни ин ишораро то охири қатор ғунҷиданаш якҷанд маротиба бофтаи лозим аст. Агар пеш аз ситораҷа як ва ё якҷанд ҳалқа дода шуда бошад, он гоҳ аввал ҳамин ҳалқаҳоро бофта, сипас рапортро такроран то охири қатор мебофанд. Дар охири қатор ҳалқаҳое бофта мешаванд, ки баъди ситораҷаи дуюм ишора шудаанд. Агар дар рапорт гуфта шавад, ки мувофиқи нусха бофтаи лозим аст, маънояш ҳамин, ки

ҳ а л қ а ҳ о и
ростаро бо
роста ва чап-
паашро бо
чаппа мебо-
фанд. Ду ҳал-
қаи канорӣ ё
ҳалқаҳои хо-
шия ба ҳал-
қаҳои асосие,
ки нақш боф-
та мешавад,
дохил наме-
шавад. Онҳо
ро танҳо дар
вакти ҳалқа-
андозӣ дар
огози бофтани матоъ ба назар мегиранд.



Расми 67

а – каллапӯш, *б* – гулӯбанд,
в – дастпӯшак

Бофиши намуна аз 20 – 30 ҳалқа. Бе кашиш ба рӯи он матои тарро гузошта, оҳиста дарзмол карда, баъд васеъгии онро чен мекунем. Баъд аз он андозаи қисми маснуотро (бо сантиметр) ба васеъгии бофиши намуна тақсим мекунем ва ҳосили онро ба шумораи ҳалқаҳои дар бофиши намуна буда зарб мезанем.

Бо ҳамин роҳ мо муайян мекунем, ки шумораи ҳалқаҳо барои бофиши маснуот дуруст интиҳоб шудаанд ё не.

Мисол: аз 30 ҳалқа намуна мебофем; дарозиаш ба 10 см баробар аст. Фарз кардем, ки васеъгии тахтапушт 44 см аст. Он гоҳ 44-ро ба 10 тақсим мекунем ва ба 30 ҳалқа зарб мезанем. Бо ҳамин роҳ мефаҳмем, ки барои тахтапушт 32 ҳалқа гирифтани лозим аст. Дар вақти бофиш онро бо қолаб ҳар гоҳ чен карда истодани лозим аст.



Савол

1. Барои бофиш чанд сикх лозим аст?
2. Чанд тарзи бофиш мавҷуд аст?

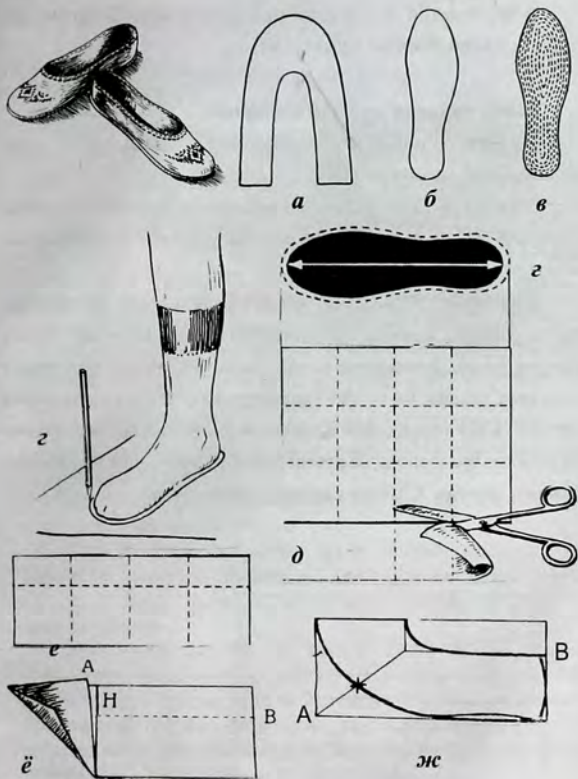


Инро дар хотир доред

Дар вақти бофиш ресмонро ба дасти чап мегиранд.

§ 23. Дӯхтани пойафзоли хонагӣ

Барои қисми болои пойафзол (расми 68 а) матоъҳои яклухти ғафс ё тунуки дуқабатаро истифода мебаранд. Таги пойафзолро (расми 68 б) аз матои ғафс ё борики чандқабата тайёр мекунанд. Матои таги пойафзолро дар мошини дарздӯзӣ ё бо ресмони тофтаи ғафс медӯзанд (расми 68 в).



Расм 68. Тайёр кардани қолаби пойафзولي хонагӣ:
 а – қисми болоӣ, б – таги пойафзол, в – таги пойафзол бо
 бофиши ресмонӣ, з – андозагирии гирди пой, г, д, е, ё, ж –
 муайян кардани андоза

Ҷои бандро аз матоъҳои кӯҳна ё милки матоъ ва ҷуроби кӯҳна бофтан мумкин аст.

Тайёр кардани қолаби пойафзол:

1. Пойро бе пойафзол ба рӯи қоғаз гузошта, гирди онро қалам кашед (расми 68 г).

2. Хатро ба хати гирди пой мувофиқ карда, 0,5 см изофа мемонем, барои чок аз ҳамин хат мебузем ва таги пойафзол ҳосил мешавад (расми 68 ғ).

3. Аз қоғаз мураббаъ буред ва тарафҳояшро ба дарозии таги пойафзол баробар қат кунед. Як қисми қатшударо буред (расми 68 д). Росткунча ҳосил мешавад, ки ба ду тақсим мешавад (расми 68 е). Аз тарафи чапаш то хати қаткунии нуқтаи Н қат карда, нӯги кунчашро ба нуқтаи А оред (расми 68 ё). Қоғазро кушода аз кунчи Н хати уреб кашед ва нишона гузоред, нуқтаи Х ҳосил мешавад (расми 68 ж).

БОБИ V. ГИГИЕНАИ ДУХТАРОН

§ 24. Нигохубини рӯй

Барои нигохубин ва тозагии рӯй ба истифодабарии косметика аҳамият додан лозим аст.

Косметика калимаи юнонӣ буда, маънояш санъати ороиш, яъне воситаю усулҳои нигохубини пӯст ва хуснорони одам аст. Дар замони қадим мисриён, римӣҳо ва арабҳо рухсора, миҷжа, болои чашмонро ранг ва мӯяшонро фатила карда, мисли ҳозира равғанҳои хушбӯи наботӣ ва ҳайвонӣ, равғани эфир, қатрон, рангҳои гуногун ва ғайраҳо истифода мебарданд.



Расми 69 Ороиши рӯй

Пӯсти инсон одатан организмро аз таъсири гуногуни муҳити беруна муҳофизат мекунад.

Пӯст мустақам, чандир буда, вобаста ба синну солаҳолати организм ва таъсири шароити беруна тағйир меёбад. Пӯсти мӯътадил нисбат ба пӯсти хушк ё равғанӣ нигохубини камтар мебоҳад.

Шустушӯи пагоҳӣ на фақат пӯст, балки тамоми организмро бардам карда, қобиляти кориро зиёд менамояд. Бо оби хунук шустан пӯстро ботаровату солим мегардонад. Оби гарм пӯстро нағз тоза карда, равғанашро барад ҳам, вале рағҳоро васеъ, пӯстро пажмурда мекунад, бинобар ин бо оби харораташ ҳонагӣ шустушӯӣ бояд кард.

Рӯйро паёпай бо оби гарму хунук шустан мумкин аст. Собунҳо, кремҳои нармқунандаро истифода мебаранд.

Дар сармо ба рӯй равғани бенамаку доғкарда ва полонидан чорво ё гозро молида берун баромадан лозим аст. Крем ва вазелин молидан ҷои нест.

Ба лабҳои шамолхӯрда асал молида, баъди 20 дақиқа тоза

мекунанд ё лабсурхкунаки гигиенӣ мемоланд.



Маслиҳати қадбону

Асалро ҳамчун косметикаи шифобахш барои пӯсти рӯй истифода мебаранд. Он ба рӯй чило ва нармӣ медиҳад. Барои ин чунин ретсепт лозим аст.

Ба зардии тухми латзада як қошукча асалро ва ҳамон қадар глитсеринро омехта, ба рӯй тунук молида, баъд аз 10 – 15 дақиқа бо оби гарм шуста, камтар упо (пудра) мемоланд.

Агар ба об камтар асал омехта карда, рӯйро шӯед, пӯсти рӯйро латиф, суфта ва зебо мегардонад.

§ 25. Нигоҳубини нохунҳои даст (маникюр) ва пой (педикюр)

Маникюр – нигоҳубини махсуси нохунҳои даст. Маникюрро баъди ҳар 7 – 10 рӯз ин тавр қардан мумкин аст: бо атсетон ё ҳалқунандаи махсус лаки пештараро тоза намуда, нохунҳоро бо қайчӣ ё нохунгирак то ҳадди дилхоҳ кӯтоҳ мекунанд. Нохуни ангуштони гафси кӯтоҳро дарози байзашакл ва нохуни ангуштони бориқро гирда қардан лозим аст. Нохунҳоро ҳамеша бояд ба як тараф суфта қард. Он гоҳ нохун шикаста намарезад. Баъди суфта қардан ба пӯсти гирди нохун крем молида, баъд онро ба белчаи кунд боло мекунанд. Бо мақсади нарм шудани пӯсти гирди нохун ангуштонро чанд дақиқа дар собунобаи гарм медоранд, чунки собуни чомашӯӣ пӯстро хушку шахшӯл мекунад. Дастҳоро бо сачоки нарм хуб тоза қарда, хангоми зарурат кремҳои нармқунанда ё махсус (крем барои даст) мемоланд. Агар хангоми шустан ва пеш аз пӯст қандани сабзавот ё иҷрои ягон кори дигар ба даст крем ё вазелин молед, чиркинӣ боқӣ наместонад. Баъди тоза қардани сабзавот доғи ангуштонро бо сирко ё порай лиму ё лосёни “Кристалл” меравонанд.

Педикюр, нигоҳубини махсуси нохунҳои пойро гӯянд. Баъди ҳар 1,5 моҳ ба таври зерин педикюр мекунанд: аввал

пойхоро дар собунобаи гарм нигоҳ дошта, пӯсти шахшударо нарм мекунад (ба об 1 қошук спирти навшодир ё содаи хӯроқӣ илова бояд кард), баъди 20 – 30 дақиқа пойхоро бо сачоқи нарм пок ва пӯстҳои шахшудаи кафу панчаро бо алмос ё пемза (санги чилбур) тоза мекунад.)

Сипас обилаҳоро бурида, нохунҳоро нимдоира мегиранд. Канорҳои нохунро гирифтани лозим нест, зеро ин боиси ба пӯст фурурави нохунҳо мегардад. Нохунҳоро бо сӯхони махсус суфта кардан лозим (агар нохунро ба ҳар тараф суфта кунанд, шикаста мерезад). Сипас пойхоро бо навбат боз ба оби гарм меандозанд. Қойҳои шахшӯли пӯстро бо санги чилбур суфта ва пойхоро пок мекунанду кремҳои “Атласный”, “Люкс”, “Дефект” (витамины А дорад) мемоланд. Нохунҳоро лок кардан ҳам мумкин. Ҳангоми педикюр қоидаҳои гигиениро риоя бояд кард. Асбобҳоро бо спирт ё атр тоза менамоянд. Агар ягон қои пӯст бурида шавад, пахтаи дар маҳлули 3-фоизи пероксида гидроген таркардари мегузоранд ва баъд йод мемоланд. Файр аз шустушӯи ҳаррӯза ҳафтае як маротиба пойхоро 10 – 15 дақиқа дар оби гарм (бехтараш ба 2 литр об 1 қошук намаки ош илова карда) нигоҳ доштан нафъ дорад. Баъд қойҳои шахшӯли пӯстро бо санги чилбур тоза карда, пойхоро хуб мешӯянд, сипас хушк карда, крем ё вазелин мемоланд. Баробари ин ба нигоҳубини пӯсти пой ҳам аҳамият додан лозим аст. Пойхоро ҳар рӯз бо оби гарму собун шустан лозим аст. Ванна барои пой пӯстро тоза карда, хастагиро бароварда, гардиши хунро мураттаб мекунад. Пойи пӯшташ кафидаро дар оби календумдор (1 қошук ба 1 л об) гузошта ништастан муфид аст. Байни ангуштони пойи шустаро нағз хушк кардан лозим аст. Ҳафтае 2 ё 3 маротиба ба пой молидани сиркои хӯроқӣ ё лосёни гигиенӣ пӯстро аз бемории замбӯруғӣ пешгири мекунад. Қуробҳоро ҳар ҳафта 1 ё 2 бор иваз бояд кард.



Маслиҳати қалбону

Зебогиро бо дасти худ иҷро кунед. Чанд ретсепт.

1. Ним истакон творогро гафсакак ба рӯй молида, баъд аз 15 дақиқа онро шӯед, ожангро нест мекунад.

2. Ба 1 пиёла оби чӯш чойи сиёҳ андохта, омехта карда, барои тахшин шудан 1 соат мегузorem, ба он 3 қошуқи калон твoрог меандозем ва омехта карда ба рӯй мегузorem ва баъд аз 10 дақиқа онро мешӯем. Агар хоҳед ба ин омехта 1 катра оби лиму андозед.

3. Як каф гули бобунаро гирифта, ба 75 мл шири гармиаш мӯътадил меандозем ва болояшро пӯшида, 20 дақиқа мегузorem, баъд ширро омехта карда, онро гарм мекунем ва ба он 1 қошук сабӯс ва 1/2 қошукча асалро омехта карда, дар ҳолати гармиаш ба рӯй мемолем ва баъди 15 дақиқа мешӯем.

Барои нигоҳубини пӯсти рӯй истифодаи маҳсулоти шири аҳамияти калон дорад, чунки шир ва маҳсулоти шири – йогурт, чургот, қаймоқ ва твoрог дар таркибашон бисёр моддаҳои косметикӣ доранд.

Барои он ки пӯсти рӯй мулоим ва чилодор шавад, маҳсулоти шири ва мевачотро истифода баред.

АДАБИЁТ

1. Энциклопедияи мухтасари рӯзгордорӣ, Душанбе, 1988.
2. Ходжиев В., Фирменные блюда и напитки Таджикистана, Душанбе, 1988.
3. Книга о вкусной и здоровой пище, Москва, 1955.
4. Аминов Д., Таджикские национальные блюда, Душанбе, 1988.
5. Марсиянова Г. Н. и др., Швейное дело, Москва, 1985.
6. Гусакова М.А., Аппликация, Москва, 1987.

МУНДАРИЧА

Машгулиятҳои муқаддимаӣ 3

Боби I. Таомҳои миллӣ ва ороиши дастархон

§1. Хусусиятҳои асосии таомҳои миллии тоҷикӣ	9
§2. Ороиши дастархон	12
§3. Ороиши дастархони идона	17
§4. Риоя намудани маданияти хӯрокхӯрӣ ва қоидаҳои нишастан дар сари мизи хӯрокхӯрӣ	20
§5. Шир ва маҳсулоти ширӣ	23
§6. Таомҳо аз шир ва маҳсулоти ширӣ	30
§7. Донҳо ва ярмаҳо	37
§8. Таомҳо аз ярма	40
§9. Таом аз маҳсулоти макаронӣ	46
§10. Тайёр кардани мураббо, чем	51
§11. Интериери хонаи истикоматӣ	58

Боби II. Навҳои нах ва матоъ

§12. Навҳои нах	59
§13. Кор бо матоъҳои абрешимӣ ва пашмӣ	60
§14. Нахи абрешим	61
§15. Аппликатсияи (гулпартоии) матоъ	66
§16. Кор бо мошини дарздӯзии пойӣ	74
§17. Дӯхтани пойчома	87
§18. Маълумот дар бораи таҷхизоти дӯзандагӣ	101
§19. Дарз ва кӯкҳои дастӣ	104
§20. Бахиядӯзӣ	110

Боби III. Касбу ҳунари миллӣ

§21. Сохтани чойникпӯшак ва чойникмонак	112
---	-----

Боби IV. Чулоҳӣ

§22. Чулоҳӣ бо сикхо	117
§23. Дӯхтани пойафзоли хонагӣ	120

Боби V. Гигиенаи духтарон

§24. Нигоҳубини рӯй	123
§25. Нигоҳубини нохунҳои даст (маникюр) ва пой (педикюр)	124

Адабиёт	126
---------------	-----

С. Исломов, К. Обидова,
М. Рӯзиева, Р. Аҳмадҷонова

КАСБУ ҲУНАР

(Барои духтарон)

КИТОБИ ДАРСӢ БАРОИ СИНФИ 6

Рохбари гурӯҳ Баходур Раҳматзод

Мухаррир	Нуриддин Шарипов
Мусахҳех	Музаффар Холов
Мухаррири техники	Иркин Сайфутдинов
Дизайн ва саҳифабандии	Сим Дмитрий
Чопи компютери	Окила Қосимова

Ба чонаш 23.02.2004 имзо шуд.
Андозаи когаз 60 x 90¹/16. Когази офсетӣ.
Гарнитурани Times New Roman Tj.
Чопи офсетӣ. Ҳаҷм 8 ҷузъи чопӣ.
Адади нашр 80000

It was printed in Printing Corporation «Tashpolygraphcombinat»
Order № A-5515



КАСБУ ҲУНАР

Хонандагони азиз!

Ин китоби аввалини дарсист, ки ба шумо усули пухтани таом, қондаҳои ороиш додани таом ва дастархонро меомӯзонад. Шумо тавассути он бо дарзу кӯкҳои дастӣ, мошини дарздӯзии пойӣ, навъҳои нах ва матоъ, баъзе касбу ҳунарҳои миллӣ шинос мешавед, мустақилона буридану дӯхтани либосро ёд мегиред.

Саҳбо

НАШРИЁТ ИЗДАТЕЛЬСТВО PUBLISHING



1-931938-24-5