КУШАТЬ ПОДАНО

ДОШИРАКИ УЖЕ НАДОЕЛИ

Студенческая жизнь складывается по-разному. Хорошо, если после занятий можно приехать домой и съесть вкусный мамин обед или ужин. Но многим приходится жить далеко от родителей и готовить себе самостоятельно.

К сожалению, многие ребята после тяжелого учебного дня ленятся готовить себе домашнюю еду и питаются фастфудом. Актуальная тема для студента - что приготовить кроме сосисок с макаронами и простая альтернатива пельменям. Мы открываем в этом номере новую постоянную рубрику «Кушать подано».

Ждем ваши рецепты. Присылайте по адресу halo71@list.ru

ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЛЬМЕНЕЙ

Дано: Пачка пельменей 500 грамм. Сыр 100 грамм, 2 яйца, 1 луковица, по 150 грамм майонеза и сметаны, Подсолнечное масло, соль, специи. Форму смазываем маслом, выкладываем на нее пельмени, обжаренный до

золотистой корочки лук, смешанные в отдельной посуде яйца, майонез и сметану(смесь солим и перчим), сверху тертый сыр. Ставим в духовку (температура примерно 200 градусов) на 30-40 минут, тут уже от духовки зависит. быстро, не дорого, сытно и вкусно.

БЫСТРЫЙ СУП С СОСИСКАМИ

Отменный рецептик!

ИНГРЕДИЕНТЫ:

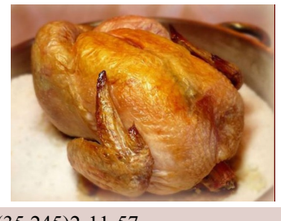
- Картофель — 4 шт
- Морковь — 1 шт
- Лук репчатый — 1 шт
- Масло растительное — 2 ст.л.
- Соль — по вкусу
- Сосиски — 4 шт
- Вермишель — 1 горст.
- Зеленый горошек — 0,5 бан.
- Перец черный — по вкусу
- Лавровый лист — по вкусу
- Зелень — по вкусу
- Вода (или куриный бульон) — 2 л

ПРИГОТОВЛЕНИЕ: В кипящую посоленную воду положить порезанный картофель. Лук и морковь порезать, спассеровать на растительном масле. Добавить в пассеровку порезанные сосиски, обжарить. К картофелю добавить горсточку тонкой вермишели, дать закипеть. Затем добавить пассеровку с сосисками и зеленый горошек. Варить пару минут. Добавить лавровый лист, черный перец. Через минуту снять с огня. Приятного аппетита!

КУРИЦА НА СОЛИ

Рецепт настолько прост и незамысловат, что конечный результат просто потрясает! Понадобится целая куриная тушка и пачка соли без добавок. Соль высыпаем ровным слоем на сковороду или форму. Сверху кладем курицу. Всё это дело ставим в разогретую до 180 градусов духовку. Один килограмм мяса запекается при 180 градусах примерно 35 мин. Если ваша тушка больше—время удваивается.

Весь смысл этого рецепта в том, что в духовке создается этакая "соляная сауна". Соль забирает из кожи влагу, та становится сухой и хрустящей и укрывает курицу как пергамент, не давая влаге испариться из мяса. Мясо остается очень сочным и нежным, а излишки влаги и сок скапливается в животе у курицы.



Учредитель: ГБПОУ
«Шумихинский аграрно-строительный колледж»
641100, Курганская область,
г. Шумиха, ул. Ленина 112.

Контактный телефон: 8(35 245)2-11-57
Ответственный за выпуск: Н. Андреева
Подписано в печать 30.11.2018г.
E-mail: keenshask@list.ru
Тираж: 200 экз.

ШАСК

ЛУЧШИМ КАДЕТАМ ВРУЧИЛИ ПРЕМИИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА МИХАИЛА ШУМИЛОВА

Текст: Пресс-служба Департамента образования и науки Курганской области Фото Валерии Брынза

16 ноября, в Департаменте образования и науки Курганской области прошел торжественный прием лучших кадет, на котором будущим защитникам Отечества вручили премии имени Героя Советского Союза Михаила Шумилова. Наградил ребят заместитель директора Департамента – начальник отдела по молодежной и семейной политике Юрий Черкащенко.

- Зауральские кадеты побеждают в различных соревнованиях, конкурсах не только в Уральском федеральном округе, но и в России. Ребята успевают хорошо учиться, участвуют в общественной жизни области, проводят массовые патриотические акции. Выпускники кадетских классов и групп выбирают военную службу и с честью служат Родине. Большую благодарность выражаю наставникам и педагогам, которые достойно готовят будущих защитников Отечества, - сказал Юрий Александрович.

Премии имени Героя Советского Союза Михаила Шумилова получили девять человек. Вице-сержант, девятиклассник Крутогорской средней общеобразовательной школы Шумихинского района Валентин Мамаев - призер многих районных и областных спортивных соревнований по лыжам и легкой атлетике. Молодой человек участвует в работе военно-патриотического клуба «Патриот» имени Героя России генерала армии Виктора Дубынина.

Девятиклассница Кетовской средней общеобразовательной школы имени контр-адмирала В.Ф. Иванова Нина Михалева - призер нескольких региональных кадетских слетов, участница областного кадетского бала. Девушка с отличием окончила Кетовскую музыкальную школу.

Десятиклассник Косолаповской средней общеобразовательной школы Целинного района Александр Стариков не раз побеждал в зональных и областных слетах кадет, спартакиаде допризывной казачьей молодежи.

Одиннадцатиклассник школы №23 имени 32-го запасного полка города Кургана, кадет Олег Кошелев активно работает в кружке «Следопыт» при школьном музее Боевой Славы. Он - председатель Совета кадет школы, активный участник школьных, городских и всероссийских конкурсов и олимпиад. Также Олег - финалист городского конкурса «Ученик года-2017», член детского жюри городского конкурса «Ученик года -2018».

Вице-сержант, десятиклассник Губернаторской шадринской кадетской школы–интерната Владислав Сиговатов возглавляет детско-юношеское объединение «Единство» и Коллегию кадетской чести.

У младшего сержанта, студентки Альменевского аграрно-технологического техникума Юлии Запеваловой есть достижения в гиревом спорте, мини-футболе среди девушек и армрестлинге.

Студентка Шумихинского аграрно-строительного колледжа Александра Ведерникова в прошлом году участвовала в областном конкурсе «Лидер-2017» с проектом «От сердца к сердцу» и победила в номинации «Признание коллег».

Студент третьего курса Курганского промышленного техникума Эдуард Сабанов учится на «отлично» и занимается общественной деятельностью.

Вице-сержант, студент третьего курса Лебяжевского аграрно-промышленного техникума Николай Балакин – председатель Совета кадетской чести. Молодой человек занимается пулевой стрельбой и прыжками с парашютом.

На торжественном приеме также наградили школьников и студентов за высокие показатели в учебе и активное участие в кадетском движении.

СОБЫТИЕ

ЛУЧШАЯ КАДЕТСКАЯ ГРУППА

Областной смотр-конкурс на звание лучшего кадетского класса (кадетской группы) в 2018 году состоялся на базе Курганского промышленного техникума 7 ноября.

В рамках торжественной церемонии открытия, к кадетам обратился заместитель директора Департамента образования и науки Курганской области, начальник отдела молодежной и семейной политики, полковник запаса Черкащенко Юрий Александрович, который отметил, что данные соревнования являются важным этапом в подготовке к службе в Вооруженных Силах, позволяют кадетам закрепить знания и навыки, полученные на занятиях, проверить себя в экстремальной ситуации состязаний.

С приветственным словом к участникам соревнований обратился Директор Курганского промышленного техникума Сапрыгин Владимир Дмитриевич. Он пожелал командам удачи и отметил, что без борьбы положительного результата быть не может: «Конечно же, каждой из команд хочется пожелать удачи. Каждая команда достойна победы. А вот, кто именно победит зависит только от Вас. Старайтесь, и ваше упорство будет вознаграждено».

Текст: Андреева Н.Н. Фото: Водянников А. В.

12 кадетских команд образовательных организаций со всего региона приехали в Курган, чтобы доказать – именно они являются лучшими в 2018 году.

Соревнования проходили в двух категориях:

- Общеобразовательные школы
- Профессиональные образовательные организации.

Свои навыки кадеты демонстрировали в следующих состязаниях: стрельба из пневматической винтовки, подтягивание на перекладине, метание гранаты, кросс на 1 километр, встречная эстафета, перетягивание каната, игра в шахматы и поднимание туловища из положения лёжа. Нельзя сказать, что одна из команд была в чём-то значительно лучше других. Один лишний сантиметр, один лишний раз на перекладине, одна лишняя секунда в косе решали всё. Настоящей интригой стал конкурс «перетягивание каната». Одни команды вырывали победы первые же мгновения, иные участники боролись за каждый миллиметр, буквально вырывая победу у соперников.

Когда отгремели крики поддержки, волнения руководителей команд за своих подопечных, а сами участники отдали последние силы на благо своей команды, началась церемония награждения. Самоотверженность участников отметил заместитель Директора Департамента образования и науки Курганской области, начальник отдела по молодёжной и семейной политике, полковник запаса Черкащенко Юрий Александрович. Он отметил, что кадетское звание накладывает определённые обязательства:

«Все ребята молодцы. Все старались, и это было заметно. Никто не хотел уступать. Тем лучше. Когда конкурируешь с лучшими, сам становишься лучше. И я прошу Вас всегда помнить о том, что форма, которую вы сейчас носите, накладывает на Вас огромную ответственность. Берегите и дорожите честью кадета. Вы должны быть примером для всей остальной молодежи в поступках и поведении».

Места распределились следующим образом:

В категории «общеобразовательные школы»:

- 1 место - ГБОУ "Губернаторская Шадринская кадетская школа-интернат"
- 2 место - МКОУ "Косолаповская средняя общеобразовательная школа"
- 3 место - МОУ "Половинская средняя общеобразовательная школа"

В категории «профессиональные образовательные организации»

- 1 место – ГБПОУ "Шумихинский аграрно-строительный колледж"
- 2 место - ГБПОУ «Лебяжьевский агропромышленный техникум»
- 3 место - ГБПОУ «Курганский промышленный техникум

Каждая из команд-призёров удостоилась ценного приза. Кроме того, каждому участнику были вручены почётные грамоты и памятные медали. Команды, занявшие первые места, получили призовые сувенирные тарелки. Были отмечены и личные достижения. Кадеты, показавшие наилучшие результаты в отдельных видах соревнований отмечены грамотами и медалями.

Александр Водянников, куратор 125 группы: «К сожалению, наша группа шла вне конкурса (в последний момент судьи приняли решение: одно ОУ – одна команда). Мои ребята достойно показали себя и получили кубок «За волю к победе». Поздравляю В. А. Сергеева, куратора 114 группы с заслуженной победой».

Администрация колледжа выражает признательность и благодарность Главе района С. И. Максимовских за помощь в организации поездки.

СПОРТ

ОБЛАСТНАЯ СПАРТАКИАДА «НАДЕЖДЫ ЗАУРАЛЬЯ—2019»

БАСКЕТБОЛ. КОМАНДЫ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК В ЧИСЛЕ ОБЛАСТНЫХ ПРИЗЁРОВ.

Текст: Андреева Н. Н. фото: А. В. Водянников

Областная спартакиада для студентов профессиональных образовательных организаций "Надежды Зауралья - 2019 " продолжается. А соревнования по баскетболу среди юношей закончились в Кургане 21 ноября. Два дня команда лучших баскетболистов колледжа соревновалась с сильнейшими курганскими игроками. Готовили спортсменов Булыцин И. П., руководитель физического воспитания, и Водянников А. В., руководитель спортивной секции. В состав команды входили первокурсники: Александр Коробицын, Захар Пестерев, Илья Крец, Иван Мирских, Евгений Лукиных, студенты второго курса: Евгений Курпачев и Спицин Тимофей, студенты четвертого курса: Андрей Григорьев, Никита Юрьев, Андрей Ковалевских. Борьба была тяжелой: сбитые пальцы, растянутые связки, мокрые футболки - ребята выдержали всё и лишь в последний момент уступили победу, заняв второе место. Поздравляем! Вы - молодцы!

В рамках областной спартакиады для студентов профессиональных образовательных организаций Курганской области "Надежды Зауралья - 2019 " в Кургане 23 ноября закончились соревнования по баскетболу среди девушек. Колледж впервые представляла команда студенток. В состав входили Абрамовских Кристина, Пономарёва Алёна, Шеметова Ангелина, Софьина Полина, Котохина Азиза, Ильиных Ирина, Колбина Анна. Тренировал спортсменок Водянников А. В. За два дня соревнований у девушек были и поражения и победы. В итоге, уступив командам из Курганского медицинского и Курганского технологического колледжей, студентки заняли 3 место, Абрамовских Кристина признана лучшим защитником, Шеметову Ангелину наградили как лучшего игрока, Пономарёва Алена стала лучшим нападающим.

Капитан команды **Пономарёва Алёна**: «В Курган наша команда приехала в статусе «наглого новичка с космическими амбициями», а уехали в ранге одной из сильнейших команд спартакиады. А это не может не радовать. И еще хочу добавить, что у девчонок появился некий дух победителей. Не наглость, а именно характер, благодаря которому выигрываются многие матчи. Капитан должен заводить команду на борьбу, но меня девушки от этой «обязанности» освободили! Они и так были заряжены только на победы, только на зрелищную игру».