

РОССИЙСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ  
БИБЛИОТЕКА ДЛЯ СЛЕПЫХ

---

*ЗАОЧНАЯ ШКОЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ*  
Серия основана в 2001 году

**М. П. Любимова**

***СТОЛОВЫЙ ЭТИКЕТ И СЕРВИРОВКА СТОЛА,  
АДАПТИРОВАННЫЕ ДЛЯ ЛЮДЕЙ  
С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ***

Методическое пособие

Москва  
2018

ББК 74.9  
Л93

Фотографии выполнены Дмитрием Золотовым

**Любимова, М. П.**

Л93

Столовый этикет и сервировка стола, адаптированные для людей с нарушением зрения [Текст] : метод. пособие : [12+] / М. П. Любимова ; Рос. гос. б-ка для слепых. — М. : [б. и.], 2018. — 59 с. — (Заочная школа для родителей). — ISBN 978-5-6041365-4-6.

Автор, научный сотрудник Института коррекционной педагогики РАО, тифлопедагог, рассматривает самые необходимые правила поведения за столом, адаптированные для людей с нарушением зрения. В издании поднимаются темы, которые чаще всего вызывают затруднения у слепых и слабовидящих детей и взрослых: как есть с помощью вилки и ножа; что делать, если ты не знаешь, как аккуратно съесть то или иное блюдо; как использовать текстильные салфетки и т. д. Пособие также содержит общие правила и советы, касающиеся того, как незрячим самостоятельно сервировать стол и как организовать застолье так, чтобы оно было комфортно для них. Например, какую посуду лучше выбрать, как удобнее ее расставить, как ухаживать за ней. Издание адресовано людям с нарушением зрения, их родственникам и друзьям, а также педагогам, работающим с ними.

**ББК 74.9**

© Любимова М. П., 2018

© Российская государственная  
библиотека для слепых, 2018

**ISBN 978-5-6041365-4-6**

Отпечатано в типографии  
ООО «Минута Принт Медиа»

## ПОВЕДЕНИЕ ЗА СТОЛОМ. ЭТИКЕТ

Идея написания краткого методического пособия по столовому этикету, адаптированному для людей с нарушением зрения, возникла после того, как мы неоднократно сталкивались с ситуациями, когда люди с глубоким нарушением зрения испытывали трудности в общественных местах во время приема пищи. Мы часто слышали истории о том, что за границей на фуршетах людей просили покинуть стол, аргументируя это тем, что так, как они вели себя за ним, вести себя не принято. И больше всего этих людей поражало не то, что их попросили покинуть застолье, а то, что в их родной стране, в специальной школе для детей с нарушением зрения, которую они окончили, им никогда не говорили, что они едят некрасиво и неправильно. Ситуация для людей с глубоким нарушением зрения усугубляется еще тем, что они не могут посмотреть, как ведут себя за столом другие люди, и самостоятельно узнать, как едят то или иное блюдо непосредственно во время застолья.

Мы хотели бы в данном пособии, в котором описаны самые элементарные и простые правила поведения за столом, сделать первый шаг к изменению ситуации к лучшему.

Ежедневно мы совершаем множество действий и оказываемся в разных ситуациях. Находясь в социуме, мы постоянно окружены людьми и действуем сообразно этикету. Хорошо, если бы мы всегда знали, как поступать, не нарушая выработанных веками правил и традиций, называемых этикетом.

Этикет — это своеобразный кодекс хороших манер и правил поведения. Он охватывает многие стороны нашей жизни. Например, этикет предписывает поведение при знакомстве, в театре, магазине, общественном транспорте, во время визитов и приема гостей, организации официальных приемов или семейных праздников и во многих других ситуациях. Знание этикета позволяет человеку произвести приятное впечатление своим внешним видом, манерой говорить, умением поддерживать разговор, вести себя за столом.

Воспитанный человек всегда учитывает ситуацию, в которой оказался, и вспоминает, как предписывают вести себя правила этикета. Нарушенное зрение не может служить оправданием пренебрежения общепринятыми правилами поведения. Изучив новые для вас правила, сделайте их естественными в повседневной жизни, ведь следование этикету делает жизнь ярче, улучшает отношения в семье, в рабочем коллективе.

В данном материале мы предлагаем далеко не все основные правила столового этикета и приема гостей, принятые в нашей стране, но мы постараемся дать общее представление о них для тех, кто хотел бы всегда достойно выглядеть за столом.

Поведение за столом — это немаловажная составляющая любого застолья, любого приема.

Перед едой всегда нужно мыть руки с мылом. Почти в каждом месте общественного питания есть возможность помыть руки. Если такой возможности нет, используйте для очищения рук влажные салфетки или специальные дезинфицирующие средства.

Первое правило поведения в гостях за столом — не рекомендуется приступать к еде раньше хозяев и до того времени, когда все собрались за столом. Исключение составляют случаи, когда сама хозяйка сказала, что можно приступать к еде.

Когда вы сели за стол, не спеша, осторожными прослеживающими движениями обследуйте ваше место кончиками пальцев, начиная от края стола. Посмотрите наличие и расположение столовых приборов: найдите их ручки, определите, что это за приборы и сколько их. Определите двумя руками размер тарелки (рис. 1). Проследив по

краям тарелки, посмотрите, какая посуда стоит в правом и левом верхних углах относительно тарелки. Справа должны стоять бокалы и рюмки, определите их расположение.



Рис. 1. Обследование размера тарелки и столовых приборов

Всегда старайтесь продвигаться руками по столу медленно, чтобы не опрокинуть бокалы неосторожным движением (рис. 2, 3).

После использования посуды и приборов старайтесь ставить и класть их на то место, где они были первоначально, соблюдайте порядок и аккуратность. Всегда старайтесь продвигать руки по столу, а не протягивать их вперед: протянув руку, вы можете уронить стоящий перед вами бокал или вазу, которую вы могли не заметить.



Рис. 2. Правильное прослеживание рукой по столу во время обследования и поиска предметов сервировки



Рис. 3. Неправильный прием поиска предметов сервировки, можно опрокинуть бокал

Если вам принесли тарелку с блюдом и не сообщили, что на ней, то по возможности, если это уместно, спросите, что лежит на тарелке и как расположено, уточните, с какой стороны гарнир, с какой — основное блюдо. Если такой возможности нет, то осматривать еду нужно только инструментально, с помощью приборов (вилки, ножа и др.), стараясь не касаться ее пальцами. Считается крайне дурным тоном осматривать содержимое тарелки кончиками пальцев.

Недопустимо очень низко наклоняться над тарелкой или поднимать ее высоко к лицу, для того чтобы с помощью обоняния или зрения определить содержимое тарелки. Во-первых, это выглядит не очень красиво, во-вторых, можно испачкать нос, очки и свисающие со лба волосы в содержимом тарелки.

Для еды обязательно используйте приборы. Существует очень мало продуктов, которые можно есть руками. Это, как правило, сухая выпечка к чаю, тарталетки и другие подобные закуски маленького размера.

На официальных приемах не принято есть мясо птицы руками, в менее официальной обстановке, в гостях можете удалить руками кости, когда почти все мясо съедено. Никогда не обглаживайте кости. Если есть возможность, попросите кусок без костей или откажитесь от мяса птицы



совсем, заменив его на что-то другое. Можно оставить на тарелке недоеденный кусок с костями.

Когда вы не в очень тесном кругу родственников, а в гостях или на любом другом официальном приеме, следует придерживаться правила: если вы не знаете, как есть то или иное блюдо, или не уверены, что сможете его съесть аккуратно, то лучше не заказывайте его или откажитесь, если вам его предлагают. Выберите то блюдо, с которым вы легко справитесь.

***Примечание для педагогов и родителей:** перед занятиями понаблюдайте за детьми в столовой или дома во время приема пищи и отметьте, какие трудности они испытывают во время еды, определите для себя темы, на которые вы будете обращать особое внимание, рассказывая детям о правилах поведения за столом.*

Следует придерживаться правила: столовые приборы, которые лежат справа от тарелки, используются правой рукой, которые лежат слева — левой. Если десертные приборы над тарелкой лежат на столе ручками вправо, их нужно брать правой рукой. Те, что расположены ручками влево, — левой рукой. Во время еды, если вы не используете нож, вилка находится в ведущей руке (у правши — в правой, у левши — в левой).

Вилку держат двумя способами. Первый способ — накаливание. Вилку держат в левой руке, зубцы направлены

вниз. Конец ручки немного упирается в ладонь. Ручка удерживается средним и большим пальцами, указательный палец вытягивается вдоль ручки прибора сверху (палец находится с выпуклой стороны вилки). Остальные пальцы (безымянный и мизинец) прижимаются к ладони. Накальваются таким способом достаточно крупно нарезанные овощи (брокколи, картофель), мясо и многое другое.

Второй способ использования вилки — зачерпывание. Прибор держат как ложку. Зубья вилки повернуты кверху, вилка располагается горизонтально, параллельно столу. Так обычно едят мягкие гарниры, такие как картофельное пюре, крупы, когда во время еды не используется нож. Если вы не имеете опыта использования вилки, попробуйте тренироваться дома. Начните тренировки, например, на густом картофельном пюре, оно прилипает к прибору и не падает, в отличие от других гарниров. Потом перейдите к более сложным гарнирам, таким как крупы (рис), мелко нарезанные овощи. Недопустимо держать вилку в кулаке.

Во время еды кончиками зубьев вилки определяете край тарелки и, прослеживая ими по тарелке, находите, например, гарнир. Затем немного приподнимайте вилку и накальвайте ближайший кусочек, который находится у кончиков зубьев.

Свободная рука у человека с нарушением зрения во время еды придерживает край тарелки, служа своего рода точкой отсчета для определения габаритов и ориентирования внутри тарелки (рис. 4). Старайтесь есть последовательно, с края тарелки, постепенно сдвигая пищу в сторону того края, который вы контролируете неведущей рукой (рис. 5).

Для того чтобы убедиться, что вы все доели, тыльной (выпуклой) стороной вилки или ложки, двигаясь последовательно вверх-вниз с правого края тарелки влево (или наоборот), осторожными похлопывающими движениями осмотрите тарелку (рис. 6). Если на тарелке еще есть частички пищи, которые вы хотите доест, то после осмотра аккуратно сдвиньте их последовательными движениями вилки от себя на край тарелки, в сторону контролирующей его руки. Соберите все остатки еды в одно место и, помогая ножом или кусочком хлеба, доешьте. Недопустимо проверять наличие остатков пищи в тарелке рукой или поднимать тарелку ко рту и собирать с нее вилкой остатки еды непосредственно в рот. Не позволяйте своим родственникам и друзьям помогать вам доедать таким образом остатки пищи с тарелки. Если вы не уверены, что сможете аккуратно доест остатки еды, то лучше оставьте их на тарелке.



Рис. 4. Контролирующая край тарелки  
свободная рука



Рис. 5. Сдвигание прибором остатков еды  
на тарелке в сторону контролирующей руки



Рис. 6. Последовательное осматривание тарелки выпуклой стороной вилки для определения остатков пищи

Старайтесь во время еды не допустить падения пищи из тарелки на стол. Если что-то все же упало на скатерть, то аккуратно соберите кусочки еды со стола бумажной салфеткой, сверните ее и положите под край тарелки. Не следует складывать упавшие куски обратно в тарелку и тем более съесть то, что собрано со стола.

Если вам в рот попал несъедобный предмет (косточка от ягод, птицы или рыбы, лавровый лист, перец и т. д.), то (если это что-то мелкое) можете аккуратно выплюнуть его на вилку или ложку и потом положить на край тарелки. Вы также можете аккуратно и незаметно выплюнуть что-то попавшее в рот в бумажную салфетку. Сначала при-

кройте губы салфеткой, будто вы их вытираете, незаметно выплюньте в нее то, что во рту, затем тут же аккуратно сверните салфетку и положите ее под край тарелки. В тарелку салфетки не складываются. Важно стараться сделать это максимально аккуратно, незаметно, не привлекая внимания окружающих. Помните, что на вас всегда кто-то может смотреть.

Без ножа едят все мягкие блюда, которые могут легко делиться при помощи вилки: гарниры, котлеты и др. Во время еды мягких продуктов нож используется как помощник. В остальных случаях нож следует использовать для нарезания. Столовый нож с закругленным кончиком может использоваться не только для того, чтобы нарезать еду, но и для того, чтобы помочь сориентироваться на тарелке, помочь зачерпнуть или наколоть кусочки вилок.

Если вы еще не имели опыта еды с ножом, потренируйтесь заранее дома на куске черствого хлеба, затем на куске мяса или птицы. Во время нарезания куса вилку держат в положении для накалывания. Нож берется почти так же, как и вилка. И у ножа, и у вилки, как правило, плоская ручка — это помогает правильно взять прибор.

### **Как правильно держать нож**

1. Указательный палец должен лежать на ручке сверху и таким образом давить на лезвие ножа.

2. Конец ручки ножа должен слегка упираться прямо в ладонь правой руки.

3. Большой и средний пальцы держат начало ручки ножа за бока, а указательный палец должен находиться на верхней поверхности начала ручки.

4. Указательным пальцем ручку ножа давят вниз при отрезании нужного куска пищи.

5. Остальные пальцы согнуты в сторону ладони.

Когда держите вилку, указательный палец лежит на плоской стороне, во время использования ножа — указательный палец лежит вдоль ручки на ребре, узкой стороне. Нож удерживается в руке так же, как и вилка. Ручка ножа захватывается в кулак, указательный палец вытягивается по ручке в сторону лезвия, ручка удерживается средним и большим пальцами. Вся ручка оказывается накрыта рукой.

Важно правильно расположить нож — режущей стороной вниз. Когда вы только собираетесь использовать нож и он еще чистый, вы можете осмотреть его двумя руками, правильно расположить и запомнить форму ручки в правильном положении. При дальнейшем использовании лезвие ножа будет с частичками пищи и осматривать его руками будет неэстетично, руки будут пачкаться. Часто верхняя сторона ручки ножа ровная, а снизу она имеет некоторые изгибы, в этом случае можно сориентироваться

по форме ручки, чтобы правильно взять нож. Если же ручка ровная, то можно просто провести по лезвию ножа кончиками зубьев вилки: на режущей стороне столового ножа имеются зазубрины, которые вы почувствуете (рис. 7).



Рис. 7. Определение с помощью вилки режущей стороны столового ножа

### **Алгоритм еды с помощью вилки и ножа**

1. Возьмите в ведущую руку нож, в неведущую — вилку так, как ее держат для накалывания.
2. Найдите кончиками лезвия ножа и вилки кусок, осторожно осмотрите его расположение и размеры (рис. 8).
3. Не отодвигая кончик вилки от края куса, приподнимите немного лезвие ножа и, проследивая по куску, придавите его немного сверху, чтобы закрепить его. Это



нужно для того, чтобы кусок не сдвинулся с места, когда вы будете работать вилкой (рис. 9).



Рис. 8. Осматривание с помощью вилки и ножа размеров и расположения куска мяса на тарелке



Рис. 9. Удерживание ножом куска мяса на тарелке

4. Продолжая удерживать мясо ножом, не отрывая кончики зубьев вилки от куска, приподнимите их, прослеживая вилкой по ребру куска, отступите от края куска расстояние около 1 см и наколите мясо до того момента, пока не почувствуете, что оно надежно закреплено на вилке. Если вы тренируетесь на хлебе, можете в этот момент положить нож и посмотреть свободной рукой расстояние, которое вы отступили от края куска: от края куска до вилки должно быть расстояние не более толщины указательного пальца.

5. Удерживая вилку, осторожно проследите лезвием ножа по куску в сторону вилки до того момента, пока не коснетесь ножом вилки (рис. 10).



Рис. 10. Прослеживание ножом по куску мяса в сторону вилки. Касание ножом вилки

6. Отступите лезвием ножа от вилки расстояние около 5 мм (рис. 11).

7. Отрежьте кусочек в том положении, в каком у вас находится нож, немного надавливая и осторожно двигая лезвие вперед-назад. Когда почувствуете ножом дно тарелки, остановитесь.



Рис. 11. Отступ ножа от вилки на 5 мм

8. Не поднимая ножа, перенесите лезвие на основной кусок и придавите его. Попробуйте поднять кусочек, наколотый на вилку. Если кусочек ничем не удерживается, отправляйте его в рот. Если оказалось, что некоторые места не прорезаны, аккуратно поднесите нож и дорежьте. Основной кусок мяса во время поднимания наколотого кусочка придерживается для того, чтобы, если есть

недорезанные места, не поднять вверх весь кусок, который может под тяжестью своего веса слететь с вилки и упасть обратно в тарелку или, что еще хуже, мимо тарелки.

***Примечание для педагогов:** во время обучения детей обязательно организовывайте практические занятия, на которых каждый ребенок с глубоким нарушением зрения может выполнить самостоятельно все предлагаемые действия.*

Этот алгоритм кажется громоздким, но, потренировавшись, вы поймете, что это несложно. Не рекомендуется сначала накалывать кусок мяса в любом месте, а потом отрезать кусочек. В таком случае обычно оказывается, что на вилке наколот весь большой кусок, а отрезается маленький. Вы должны отмерить вилкой и отрезать такой кусочек, который не упадет под своей тяжестью с вилки и поместится в рот целиком. Не следует откусывать от целого куска. Откусывание от большого куска выглядит неэстетично, особенно если мясо полито соусом или оно жирное — с него может капать.

В целом этикет предполагает два способа нарезки: первый — вышеописанный, когда отрезается один кусочек от основного куска, съедается, затем по мере необходимости отрезается еще. Второй способ — отрезать несколько кусочков сразу, отложить нож и съесть нарезанные ку-

сочки только с помощью вилки, которая располагается уже в правой руке. Мы рекомендуем остановиться на первом способе, отрезая по одному куску, поскольку второй способ приводит к хаосу в тарелке, смешивается порезанное мясо и гарнир, в тарелке сложно разобраться, она выглядит неаккуратно.

Если вас просят передать нож или вилку, держите прибор за середину и передавайте ручкой вперед. Никогда не жестикулируйте приборами.

Если во время еды ведется разговор и еда прерывается, но потом вы намерены продолжить есть, то нож и вилку не следует класть на стол, положите их на тарелку так, чтобы они немного перекрещивались. Если вы не планируете далее есть, кладите приборы параллельно друг другу на тарелку так, чтобы нож располагался острием к вилке. Если вам трудно правильно расположить приборы в тарелке, то положите их на стол на бумажную салфетку. Не стоит облакачивать приборы на край тарелки.

В продаже имеются специальные индивидуальные подставки под нож, они очень удобны в использовании (рис. 12). Такие подставки ставятся справа от тарелки. Когда нож не используется, лезвие кладется на подставку, что предотвращает его падение, как это может произойти, если облокотить его на край тарелки, и не будет испачкана

скатерть. Нельзя класть приборы, которыми вы пользовались, на скатерть.



Рис. 12. Подставка под столовый нож

Накладывая себе на тарелку кушанье из общего блюда, не следует выбирать лучший кусок. Рекомендуется брать следующий кусок или тот, который расположен ближе к вам. Если какое-либо блюдо стоит далеко, нужно попросить соседа подать его вам. Прежде чем накладывать угощение себе, предложите его соседу. Никогда нельзя облизывать приборы, предназначенные для общего пользования. Также нельзя брать своей ложкой блюдо, предназначенное для всех гостей. Если подается соус, то нужно или положить его себе в тарелку, или использовать индивидуальную маленькую розетку для со-

уса, так как нельзя макать кусочки еды в общий соусник.

Если вы знаете, что закусок немного, не старайтесь забрать себе большую часть или последнее. Помните, если вы не съедите лишний бутерброд, в вашей жизни ничего не изменится, но, если вы будете злоупотреблять гостеприимством и проявлять за столом излишество, это будет очень некрасиво и вы можете заслужить репутацию некультурного человека.

Очень некрасиво громко хлебать суп, чай, бульон другие жидкие блюда. Если чай или кофе горячий, не следует дуть на него или громко прихлебывать, пытаясь остудить. Подождите, пока напиток остынет, и выпейте его. Если вы едите суп, набирайте в ложку столько, сколько помещается в рот. Не следует зачерпывать ложкой так, чтобы содержимое падало с нее в тарелку, пока вы несете ложку ко рту. Заканчивая есть суп, тарелку наклоняют не к себе, а от себя, к середине стола, придерживая край тарелки контролирующей рукой. Не следует прилагать все усилия, чтобы съесть суп до последней капли. Лучше оставьте в тарелке некоторое количество супа, если вы не уверены, что можете доесть его аккуратно. Недопустимо подносить тарелку ко рту и допивать остатки через край.

Когда пьете чай или кофе, то ложечку не следует оставлять в чашке: помешав, ложечку кладут на блюдце. Во

время помешивания старайтесь не ударять громко ложечкой о чашку, помешивать нужно максимально бесшумно. Если вы едите выпечку с чаем или кофе, некрасиво запивать ее, когда еще полон рот: сначала нужно разжевать кусок, проглотить, а потом уже запивать.

Во время наливания напитков в бокалы или стаканы следует быть осторожным, чтобы не пролить их. Часто люди с глубоким нарушением зрения, для того чтобы отмерить необходимое количество жидкости, используют палец свободной руки (рис. 13). Этот прием действенный, но не применим для горячих напитков, так как можно обжечься.

Большим запретом для использования пальца при измерении уровня жидкости является наливание напитка гостям. Еще более запретным приемом является использование языка, для того чтобы посмотреть уровень и содержимое бокала, в том числе своего, так как это выглядит крайне неэстетично.

Используйте индикатор уровня жидкости, для того чтобы измерить уровень налитого напитка (индикатор необходимо мыть при смене напитков) (рис. 14), попросите зрячего гостя разлить напитки по бокалам или отработайте заранее наливание напитков в посуду по времени наливания, тяжести бокала и т. д.





Рис. 13. Использование указательного пальца для определения уровня жидкости в чашке



Рис. 14. Индикатор уровня жидкости, размещенный на краю бокала

Слепым и слабовидящим людям зачастую проще использовать кусковой сахар, который раскладывается по чашкам специальными щипцами или сервировочной ложечкой. При использовании сервировочной ложечки нельзя опускать ее в свою чашку с чаем или кофе.



Рис. 15. Положение рук во время высыпания сахара в чашку из чайной ложки

Для того чтобы без помощи зрения аккуратно насыпать сахар в чашку, нужно, придерживая чашку свободной рукой, ведущей рукой зачерпнуть сахар, ложку при этом стараться держать максимально горизонтально, чтобы ничего не просыпать. Мизинцем или безымянным пальцем руки, которая удерживает ложечку, нужно коснуться края чашки, стараясь расположить ложечку по центру чашки,

и наклонить ложку, высыпая содержимое в чашку. При этом свободная рука контролирует противоположную сторону чашки, для того чтобы не просыпать сахар, промахнувшись мимо чашки (рис. 15). Если вы испытываете трудности при выполнении данного действия и есть вероятность рассыпать сахар, попросите зрячих помощников положить вам сахар в чай или кофе.

Не следует просить вторую чашку чая, пока все участники чаепития не получили первую чашку.

Если к чаю подают торт, уточните, лежит кусок на тарелке или стоит. Если кусок расположен вертикально, то положите его сами или попросите это сделать зрячих гостей за столом. С помощью вилки и ножа определите расположение и размер куска на тарелке. Ешьте торт последовательно, начиная с края, с помощью ножа придерживайте кусок, чтобы он не двигался по тарелке (рис. 16). Удерживание ножом кусочка торта поможет также сориентироваться на тарелке и не промахиваться мимо куска.

Если есть возможность выбора, отдайте предпочтение бисквитным, желейным, творожным и другим мягким тортам. Торты, изготовленные из твердого безе, слоеные торты часто бывают сложны в употреблении, и их непросто съесть аккуратно, особенно при отсутствии зрительного контроля. Такие пирожные, как сухие птифуры,

макаруны, буше, эклеры, кексы, сухое безе и зефир, можно есть руками.



Рис. 16. Удерживание кусочка торта  
столовым ножом

Текстильные салфетки должны находиться на коленях (не за воротом). Если бумажной салфетки, чтобы промокнуть рот и руки, нет, используйте для этого текстильную: сложите ее пополам и положите обратно на колени, в дальнейшем используйте только внутреннюю сторону салфетки. Если вам надо отлучиться, оставьте салфетку на стуле. В конце застолья положите ее возле тарелки, но ни в коем случае не в саму тарелку.

Бумажные салфетки предназначены для вытирания губ и рук. Даже если вы еще не закончили есть, но чувствуете, что у вас грязные губы, подбородок или руки, воспользуй-

тесь салфеткой. Неправильно дожидаться окончания трапезы, для того чтобы вытереть лицо и руки от жира и частичек пищи. Салфетку можно держать на столе. Бумажные салфетки ни в коем случае не следует класть в тарелку, даже если вы уже закончили есть. После использования бумажные салфетки не комкаются, а аккуратно складываются и убираются под край тарелки. Если нет специальной тарелочки для хлеба, то хлеб можно положить на бумажную салфетку.

Иногда во время подачи блюд, которые едят руками, например, таких как рыба с косточками, креветки и, реже, куриные крылья, сразу подают небольшую чашку с водой, в которую может быть помещен ломтик лимона или эфирное масло. Чаши с водой используются только для того, чтобы прямо во время трапезы можно было сполоснуть кончики пальцев рук. Опустите кончики пальцев в воду и затем сразу промокните их полотенцем, которое обычно подается специально для этих целей, использовать для этого свою текстильную салфетку не рекомендуется. Одновременно опускайте пальцы только одной руки. Перед тем как приступить к еде блюда с костями, уточните наличие чаш с водой на столе. Но просить подать такую чашу не стоит, так как если в данном кафе или ресторане вам ее не подали, то, скорее всего, в данном заведении она не предусмотрена.

Во время еды не следует чавкать, откусывать большие куски и разговаривать с полным ртом. Даже если вы что-то очень хотите сказать, сначала прожуйте и только потом говорите. Во время еды всегда закрывайте рот.

Сидеть во время еды следует ровно. Локти расположены близко к телу, не следует во время использования приборов поднимать локти, так как это выглядит некрасиво и вы можете задеть соседа. Во время еды локти на стол не ставятся.

Некрасиво сидеть, откинувшись на спинку стула, и есть далеко от тарелки или, наоборот, сгорбившись, низко наклонившись над тарелкой, как очень часто происходит из-за нарушенного зрения. Следует стараться максимально осматривать содержимое тарелки инструментально, с помощью приборов и не наклоняться над ней.

Постарайтесь закончить еду вместе со всеми: вы можете испортить мнение о себе, если будете сидеть за столом и доедать остатки блюд, когда все гости уже разошлись.

Если места общественного питания посещают незрячие люди без зрячих сопровождающих, то стоит заранее предупредить официантов о наличии у гостей заведения нарушенного зрения и сразу озвучить просьбы по обслуживанию, чтобы избежать недопонимания в дальнейшем.

Вы можете попросить официанта зачитать меню с ценами и описанием блюда. Попросите его не забирать посуду без предупреждения, озвучивать, что было принесено и где поставлено. Предупредите, чтобы он подал счет вам в руки.

В заключение хотим сказать, что тот, кто хочет научиться красиво есть, должен стараться правильно вести себя за столом не только в гостях, но и дома, стараясь проявлять самостоятельность в употреблении разных блюд. Интересуйтесь, как едят то или иное блюдо, как ведут себя в той или иной ситуации. Если вам что-то неизвестно и непонятно, спрашивайте у своих родственников и друзей, читайте пособия по столовому этикету.

## **КАК СЕРВИРОВАТЬ СТОЛ**

Работая и дружа со слепыми и слабовидящими людьми, мы убедились, что, несмотря на нарушенное зрение, они часто гостеприимные и общительные, любят ходить в гости и сами принимать гостей. Но зачастую нам приходилось наблюдать одни и те же трудности, с которыми из-за проблем со зрением они сталкиваются во время самостоятельной сервировки стола, когда ожидают гостей,

и непосредственно во время приема пищи, особенно в общественных местах. Можно было слышать такие фразы: «Я не вижу стеклянную и хрустальную посуду», «Почему все предметы и посуда постоянно стоят на разных местах, это очень неудобно, все приходится каждый раз искать» и другие подобные высказывания. Потом оказалось, что среди самих людей с нарушением зрения существуют ошибочные представления при ведении домашнего хозяйства. Например, что если посуда гладкая на ощупь и не пахнет, то она обязательно чистая, или если люди из ванной выходят чистые, то дверь и дверная ручка ванной никак не могут быть грязными, и многое другое.

Так возникла необходимость в создании материала, который помог бы людям с нарушением зрения получить элементарные представления о том, как самостоятельно сервировать стол, ухаживать за посудой, столовым бельем, как подготовиться к приему гостей. Не менее важная задача — дать возможность зрячим педагогам, родственникам и друзьям понять, как сделать пребывание за столом слепым и слабовидящим людям более комфортным, ведь часто об этом никто просто не задумывается.

Важно отметить, что тифлопедагогам во время обучения нужно обязательно организовывать практические занятия, на которых можно было бы устраивать «репети-



ции» приема гостей, самостоятельной сервировки. Педагогам и родителям очень важно предоставить детям возможность тактильно познакомиться с разными видами посуды, столовыми приборами, разновидностями бокалов, фужеров и т. д. Родителям обязательно нужно привлекать детей к сервировке стола, будь то праздничная сервировка перед семейным торжеством или ежедневная — перед завтраком. Всегда правильнее, когда навыки формируются в естественной обстановке и постоянно отрабатываются.

Возможно, возникнет вопрос: если этот материал касается детей, то почему тогда здесь рассказывается о бокалах для алкогольных напитков, таких как фужеры и рюмки? Педагогам важно помнить, что они во время обучения и воспитания детей в школе готовят их к взрослой самостоятельной жизни. Поэтому, пока есть возможность, нужно максимально полно представить детям различную информацию о том, с чем они могут столкнуться во взрослой жизни, в том числе во время посещения фуршетов, банкетов и т. д. Нужно научить культуре организации пространства при приеме пищи. Ведь если не сделать этого сейчас, то, возможно, потом у ребенка, выпускника школы, уже не будет консультанта, который сможет доступно все показать и объяснить, а специальные коррекционные занятия — это прекрасная возможность познако-

мить ребенка с разнообразием посуды, правилами ее использования, сервировки.

Еще одна немаловажная проблема — это неумение слепыми и слабовидящими, как детьми, так и взрослыми, пользоваться столовыми приборами (вилка, столовый нож и т. д.). К сожалению, не так много специальных (коррекционных) образовательных организаций для обучающихся с нарушением зрения, где дети хотя бы в старших классах имеют возможность пользоваться в столовой ножами и вилками, чаще всего в распоряжении детей только ложки. Можно представить, с какими трудностями и казусами сталкиваются обучающиеся и выпускники за пределами школы. Поэтому хотя бы на специально организованных занятиях нужно знакомить детей с внешним видом приборов, правилами использования и сервировки.

Тифлопедагоги и родители по своему усмотрению могут более широко и разнообразно, чем представлено в пособии, познакомить детей с каждой обозначенной темой.

Успех любого застолья во многом зависит от сервировки стола, внешнего вида приготовленных блюд, атмосферы, царящей среди присутствующих. Красиво и правильно сервированный стол — это всегда признак внимания со стороны хозяина дома к его гостям.

Искусство сервировки стола, каким мы его знаем сегодня, родилось во времена царствования Людовика XIV, то есть начиная с середины XVII и до начала XVIII века. Конечно, эти правила постепенно изменялись, особенно в связи с появлением электрической бытовой техники, изменением темпа жизни и утверждением новых взглядов, но тем не менее основы до сих пор остаются актуальными.

### **Посуда и столовые приборы**

Все кухонные принадлежности делятся на три группы:

1. Кухонная посуда и все, что необходимо для приготовления пищи.
2. Повседневная посуда и принадлежности.
3. Праздничная посуда и принадлежности для торжественных случаев.

Повседневная посуда может быть из любого материала (керамика, стекло, фаянс и т. д.), столовые приборы — металлические. После каждого приема пищи их моют, вытирают и ставят в посудный шкаф.

Особое внимание при мытье посуды нужно уделять труднодоступным местам, которые всякий раз необходимо чистить порошком или жесткой мочалкой. Именно там часто скапливается жир и другая грязь, которая может быть не обнаружена тактильно, но визуально оставляет

темные (желтые или коричневые) пятна, производящие отталкивающее впечатление; такой посудой пользоваться очень неприятно.

Рекомендуем во время мытья посуды особенно тщательно очищать обратные стороны тарелок, особенно в углублениях, любой рельефный (барельефный) рисунок на посуде, он имеет свойство накапливать грязь. С особой тщательностью стоит мыть чашки и бокалы в области ручек, дна и тех мест, которых касаются губы, так как именно там накапливается темный налет и могут оставаться следы от помады. После чая каждый раз следует тщательно мыть чашки внутри, так как чай, особенно черный, оставляют темную пленку, которая просто водой и мягкой губкой зачастую не смывается. Помните: гладкая на ощупь посуда не всегда означает, что она по-настоящему чистая.

Во время праздников и приемов гостей достается самая лучшая посуда и столовые приборы. Хорошо, если в доме имеются обеденный и чайный сервизы. Если элементы сервиза разрозненные, то лучше, чтобы они имели одинаковую форму и цвет. Обеденный сервиз обычно бывает на 6, 12 или 24 персоны.

Для сервировки салатов и сладких блюд во время торжественных приемов используется фарфоровая, хрусталь-

ная и стеклянная посуда; для напитков используется посуда из хрусталя и стекла. Для удобства слабовидящих людей можно использовать цветное стекло, так как неокрашенные прозрачные фужеры и тарелки часто сложно увидеть (рис. 17).



Рис. 17. Использование цветного стекла, контрастного по отношению к скатерти, при сервировке стола для слабовидящих людей

Воду, квас, сок, компот подают в графинах и кувшинах разной величины. Стеклянная и хрустальная посуда украшает стол, но она легко бьется. Обращаться с ней нужно очень осторожно. Хранят ее отдельно от другой посуды. Предметы с трещинами и сколами гостям не подаются.

Хрустальную посуду стоит мыть сразу после использования прохладной водой с минимальным количеством моющего средства и вытирать насухо льняным полотенцем. Если хрустальную посуду мыть в горячей воде, она тускнеет и желтеет, перестает блестеть. На невытертых насухо бокалах из стекла и хрусталя после высыхания остаются подтеки и капли, что их не украшает. Махровые полотенца не используются для вытирания посуды совсем, так как от них на стекле остается ворс.

Парадная посуда используется достаточно редко, ее следует тщательно мыть и вытирать насухо каждый раз перед тем, как поставить на стол, так как от долгого хранения на посуде образуется налет.

### **Столовое белье**

К столовому белью относятся скатерти, салфетки и полотенца. Столовое белье должно быть идеально чистым, хорошо отглаженным и без изъянов.

Одним из самых заметных элементов в столовой или гостиной является скатерть, которой покрыт обеденный стол. Правильно подобранная, она украшает стол, создает в комнате комфорт, праздничную атмосферу и уют, подчеркивает стиль. В последнее время текстильные скатерти и салфетки снова популярны, особенно для торжествен-

ных случаев, когда используемые в повседневной обстановке клеенки неприменимы, несмотря на их удобство (в особенности для лиц с нарушением зрения).

На торжественных обедах, праздничных ужинах столы застилают белой скатертью. Для менее торжественных приемов могут быть использованы цветные скатерти, в том числе и с рисунком. Скатерть должна соответствовать размеру стола: она свисает со стола со всех сторон на 30–50 см. Если стол круглый или овальный, скатерть подбирается на 100–110 см шире диаметра столешницы. Салфетки из ткани подбираются под цвет и стиль скатерти.

Интересный факт: раньше столовое белье и свечи были только белыми. Жаклин Кеннеди предложила использовать цветные скатерти, и именно она нарушила правило рассаживать гостей за один длинный стол, так как считала, что за небольшим круглым столом беседа протекает непринужденнее.

Если за столом будут слабовидящие гости, стол, когда это позволяет случай, можно покрыть однотонной скатертью, контрастной по отношению к посуде. Скатерти с ярким, пестрым и мелким рисунком использовать не стоит, так как на ней людям с нарушением зрения будет сложно увидеть столовые приборы, бокалы и т. д.

Перед тем как застелить стол скатертью, ее следует идеально отгладить. Собираясь отглаживать салфетки и скатерти, убедитесь, что утюг чистый, иначе он может оставить на ткани пятна, которые потом сложно удаляются. Если вы используете утюг с парогенератором, замените в нем воду, иначе на белой ткани могут появиться желтые пятна.

Льняные и хлопчатобумажные скатерти после стирки следует отглаживать горячим утюгом еще слегка влажными, иначе, после того как они пересохнут, их будет очень сложно отгладить даже паром. Класть отглаженную скатерть следует аккуратно, чтобы не помять. Долевая складка должна идти точно по центру стола.

Салфетки и скатерти необходимо стирать после каждого использования. Если вы не уверены, что скатерть и салфетки идеально отстираны, их не следует использовать. Если во время застолья на скатерти появляется большое пятно, например, от пролитого напитка — скатерть заменяют.

К столовому белью также относятся салфетки для вытирания стола и кухонные полотенца, которые бывают двух видов: для рук и для посуды. Смешивать их нельзя, так как вытирать одним и тем же полотенцем руки и посуду негигиенично (точно так же, как вытирать руки и посуду салфетками, предназначенными для вытирания стола).



Кухонные полотенца очень быстро пачкаются, поэтому их необходимо менять как можно чаще. Чем реже стирается полотенце, тем труднее на нем отстирываются пятна, полотенце приобретает серый цвет, на нем сохраняются жирные пятна даже после стирки. Стирать и хранить кухонное белье следует отдельно от другого белья.

### **Сервировка стола**

Торжественный стол накрывается в гостиной, в зале. На кухне едят только члены семьи или самые близкие друзья в повседневной обстановке. За красиво и аккуратно накрытым столом у людей поднимается настроение. Поэтому приглашать к столу нужно тогда, когда стол уже сервирован и закуски поданы.

**Повседневная сервировка.** Кухня должна быть убрана и проветрена. Стол может быть покрыт клеенкой или скатертью. Клеенка проще в обращении: с нее легко смести мусор, собрать разлитую жидкость. Таким же качеством обладают скатерти, покрытые специальным водоотталкивающим слоем. Клеенку следует периодически менять, когда на ней начинают появляться трещины и порезы. Для того чтобы дольше сохранить клеенку, на нее не стоит ставить горячие предметы, такие как сковородки и кастрюли, так как она может оплавиться. Нельзя резать

продукты непосредственно на клеенке, так как можно незаметно и легко разрезать ее ножом. Скатерти с водоотталкивающим покрытием нужно чистить после каждого использования и стирать по мере загрязнения, глажки чаще всего такие скатерти не требуют.

Стеклянный стол можно ничем не покрывать и расставлять посуду прямо на стеклянную столешницу. Недостатком такой столешницы является то, что посуда по ней легко двигается, поэтому можно подстелить индивидуальные нескользящие салфетки или специальные коврики, желательно контрастные по отношению к посуде.

На стол ставятся тарелки для каждого члена семьи на одинаковом расстоянии друг от друга. Рядом с тарелкой кладут столовые приборы. Столовая ложка и нож кладутся с правой стороны тарелки, нож кладется лезвием к тарелке, а вилка — с левой. Если подаются только ложка или только вилка, их кладут с правой стороны. Вилка кладется выпуклой стороной на стол, зубьями кверху, чтобы не поцарапать скатерть, стол или клеенку. Ложку также кладут выпуклой стороной на стол. Если сразу подается напиток, то он ставится за тарелкой, в правом верхнем углу от нее. Когда вся посуда и приборы расставлены, ставится нарезанный хлеб на конец стола, закуски ставятся в центре.

Высокие предметы нужно ставить так, чтобы никто из сидящих за столом не задел их рукой.

Старайтесь соблюдать постоянство сервировки стола, для того чтобы всем членам семьи с нарушением зрения было комфортно. Выберите удобное место, например, для хлеба, солонки и других предметов на своем столе, тогда каждый, кто сидит за ним, будет знать, что он протянет руку и найдет то, что ему необходимо, без лишних поисков. Постарайтесь приучить к этому постоянству зрячих членов семьи.

**Сервировка для чая или кофе после обеда или ужина.** Перед тем как подать чай или кофе, со стола следует убрать всю грязную посуду и закуски, которые не будут употребляться за чаем. Перед каждым человеком, находящимся за столом, ставится чашка с блюдцем, на котором лежит чайная ложечка.

Если подаются торт или пирожные, для них следует поставить отдельную десертную тарелку с отдельной ложечкой или десертной вилкой. Десертная вилка кладется с правой стороны от тарелки. Кусок торта не ставится на тарелку, а кладется плашмя, так его будет удобнее есть, особенно при наличии нарушенного зрения.

Перед тем как нарезать торт, убедитесь, что он не обернут специальной полиэтиленовой лентой — некото-

рые мягкие бисквитные торты упакованы такой лентой, чтобы они держали форму при транспортировке. Если лента имеется, аккуратно удалите ее.

Для того чтобы слепому или слабовидящему человеку было удобнее самому нарезать торт, его следует подавать на квадратном блюде или блюде, которое имеет рельефный рисунок или украшения на ободке, так будет проще сориентироваться при разрезании торта на куски. Представьте, что торт — это циферблат часов (рис. 18).

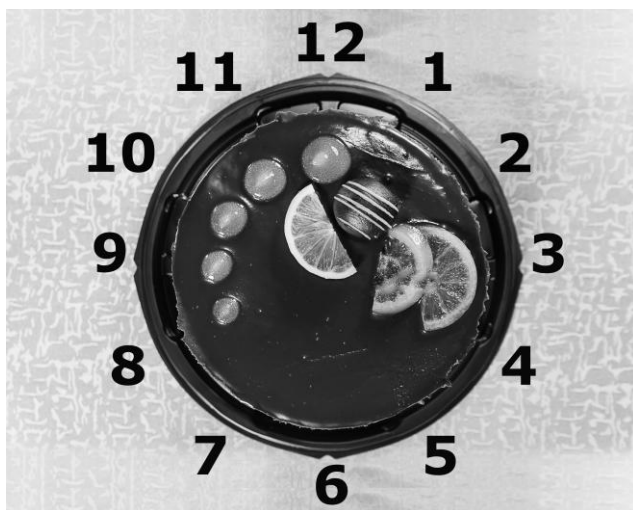


Рис. 18. Чтобы торт было проще нарезать, представьте его в виде циферблата часов

Длинным ножом сначала разрежьте торт пополам с 12 до 6 часов, затем обследуйте блюдо, определите, где нахо-

дится 9 часов, и разрежьте торт с 9 до 3 часов. Для удобства его можно повернуть так, чтобы 9 часов было сверху, так как разрез сверху вниз делать проще. Далее таким же способом можете порезать торт на более мелкие куски. После того как торт разрезан, аккуратно вытяните из него нож на себя. Помните, что ориентироваться нужно по форме блюда, сам торт руками обследовать не следует.

Если торт будет подан в тесном кругу родственников и перекладываться на блюдо не будет, то обследуйте основание упаковки, в которую он был помещен, на такой подставке часто есть углубления, по которым можно сориентироваться; как правило, их четыре (расположены симметрично: на 3, 6, 9 и 12 часах) (рис. 19).



Рис. 19. На фабричных подставках для торта часто имеются четыре углубления по краям

Сначала нарежьте торт на куски от углубления до углубления (с 12 до 6, затем с 9 до 3 часов) — получится два перекрещенных разреза, затем найдите середину расстояния между соседними углублениями (например, между 12 и 3 часами) и разрежьте торт, ориентируясь на эту воображаемую метку.

Для того чтобы сделать аккуратный разрез, свободной рукой зафиксируйте место на блюде или основании упаковки, откуда будете начинать разрез (на 12 часах), после того как нож будет закреплен на торте в этом месте, перенесите свободную руку вниз (на 6 часов) и осуществляйте разрез, двигаясь к свободной руке (рис. 20, 21).



Рис. 20. Зафиксируйте свободной рукой верхнюю точку на блюде или основании упаковки и закрепите нож



Рис. 21. Перенесите свободную руку вниз на противоположную сторону торта и осуществите разрез в направлении этой руки

В тарелки кусочки торта переносятся с помощью специальной лопатки для торта. Для того чтобы во время перекладывания кусок торта не упал, придерживайте его столовым ножом, а не пальцами. Для этого сначала поместите нож между кусками торта (нож в правой руке), лопаткой подденьте кусочек торта, находящийся слева от ножа. Имейте в виду, что торт может стоять на дополнительном картонном круге, поэтому, когда берете кусочек торта на лопатку, проверьте, приподняв немного лопатку, не зацепили ли вы картон. Приподняв торт на лопатке, наклоните его немного в сторону ножа, чтобы он не упал с лопатки, и положите кусочек на тарелку.

В продаже имеются уже нарезанные на кусочки торты, но нужно иметь в виду, что в таком случае каждый кусочек обычно упакован в бумагу, для того чтобы он не потерял форму. Перед подачей упаковка удаляется.

На столе должна стоять сахарница. Для гостей с нарушением зрения удобнее, если будет предложен кусковой сахар, рассчитанный на количество гостей. К сахарнице подается сервировочная ложечка или специальные щипцы.

Если хотите подать молоко, то наливать его непосредственно из пакета или бутылки, в которой оно продавалось, возможно только в очень тесном кругу друзей и родственников. Во время приема гостей молоко или сливки следует перелить в специальный кувшин-молочник и подать его на стол (рис. 22).

К кофе можно подать ликер или коньяк. Для ликера подается специальная маленькая 25-граммовая рюмка, которая ставится в правом верхнем углу от тарелки.

Чай и кофе разливаются по чашкам, когда гости или члены семьи уже сели за стол, чтобы напитки не остыли. Молоко и сливки наливают в уже наполненный чаем стакан.

Во время приема людей с нарушением зрения следует перечислить все угощение, подаваемое к чаю или кофе.



После того как человек выберет то, что он хотел бы попробовать, следует положить ему все желаемое на отдельную десертную тарелку. Если человек еще что-то захочет, ему следует попросить положить на его тарелку угощение дополнительно.



Рис. 22. Посуда и приборы для чая: чайная пара, молочник, сахарница, отдельное блюдо для угощения

Если отдельных десертных тарелок не предусмотрено, то общие блюда с штучным угощением следует разместить на столе так, чтобы каждый мог до них легко дотянуться. Следует озвучить, где и с каким угощением стоят блюда. Если угощение без обертки (печенья, пирожки, бутерброды и т. д.), то следует брать то, что лежит с краю блюда. Недопустимо перебирать руками все печенье, пи-

роги или бутерброды в поисках конкретного, если разные печенья или другая выпечка лежат на одном блюде. Если вы взяли печенье, бутерброд или пирог, который вы не хотите съесть, положите его на край своего блюдца. Можно попросить зрячего соседа или того, кто лучше ориентируется на столе, чтобы вам подали что-то конкретное сразу. Следует предупредить всех незрячих участников чаепития о том, к кому за столом они могут обратиться за помощью.

Если за столом сидят в основном незрячие гости, не следует класть разные угощения на одно блюдо. Разложите каждое угощение на отдельное блюдо, например, желательно для каждого вида пирожков использовать посуду, отличающуюся по форме, чтобы можно было определить содержимое тарелки по ее форме, не касаясь того, что в ней лежит.

**Сервировка к праздничному обеду или ужину.** Нарядно выглядит только широкий, ровный стол. Поэтому перед приемом гостей его стоит продумать заранее. Если стол составляется из нескольких маленьких столиков, то они должны быть одинаковые по высоте и ширине. Важно, чтобы людям за столом было комфортно общаться и было удобно обслужить их во время обеда: забрать использованную посуду, подать новое блюдо и т. д. Стол застилают скатертью.

Для удобного застолья следует рассчитать минимум по 50 см на каждого сидящего за столом. В идеале на каждого гостя должно быть 80 см пространства.

Сервировать стол следует согласно следующему плану: скатерть; тарелки; столовые приборы; бокалы, фужеры, стаканы; салфетки; свечи, украшения стола.

Тарелки расставляются на расстоянии 1–2 см от края стола. Для удобства и красоты сервировки сначала ставится подстановочная плоская тарелка диаметром 25 см. На нее ставятся другие тарелки по мере использования. Сначала ставится небольшая тарелка для закусок, потом закусочная тарелка убирается и ставится тарелка с горячим блюдом, после того как тарелка из-под горячего убирается, может быть поставлена десертная. Помимо красоты подстановочная тарелка предотвращает падение частичек пищи на скатерть. Слева от основной тарелки размещается пирожковая тарелка — небольшое блюдце для хлеба, бутербродов, пирожков.

Справа от тарелки кладут сначала нож, лезвием к тарелке, затем ложку, выпуклой стороной на стол, если планируется подача жидких блюд. Если не предусмотрены блюда, для которых нужна ложка, то ложку класть не нужно. Слева от тарелки (между основной тарелкой и пирожковой) кладется вилка зубьями кверху. Ложечки и вил-

ки для десерта кладут за тарелкой сверху. Расстояние между приборами составляет примерно 1 см (рис. 23).



Рис. 23. Праздничная сервировка стола

В правом верхнем углу от тарелки ставятся бокалы для воды, шампанского, вина, рюмки. Столовые приборы и бокалы расставляются в том порядке, в каком они будут использованы. Красные вина подаются комнатной температуры, поэтому для них используются большие бокалы. Белое вино подается холодным, для него используются небольшие бокалы, чтобы вино не успевало нагреваться.

Текстильные салфетки — обязательный атрибут сервировки праздничного стола (рис. 24). Для этого используются салфетки квадратной формы от 56 до 66 см. Лучше, если салфетки будут крахмалены, тогда они будут

лучше держать форму и меньше пачкаться. Салфетки выполняют не только практическую функцию, но и эстетическую. Текстильные салфетки, отглаженные и сложенные, кладут или слева от тарелки или на тарелку. Для украшения салфеток могут быть использованы специальные кольца — эти аксессуары сегодня считаются классическим вариантом оформления салфеток. Кольца для салфеток могут быть изготовлены из разного материала и подбираются в зависимости от стиля оформления стола. Для каждого гостя нужно подготовить одну текстильную и несколько бумажных салфеток.



Рис. 24. Текстильная салфетка в кольце

Интересный факт: в настоящее время на официальных приемах никогда не используют салфетки в кольцах. До

появления стиральных машин на приемах подавалось минимальное количество салфеток и кольца использовали для того, чтобы обедающий мог узнать свою салфетку и воспользоваться ею еще раз. В богатых домах для каждого блюда подавали чистые салфетки и кольца были не нужны. Сегодня кольца для салфеток используют как украшение.

После того как расставлены приборы и посуда, на столе расставляются холодные закуски. Для каждой вазы с салатом и каждого блюда с закусками должен быть свой столовый прибор для раскладывания — ложка, вилка или лопатка. Не следует брать кушанья с общего блюда своим прибором.

При смене блюд, например после закусок, перед подачей горячего блюда, всегда следует забирать использованную посуду и раздавать чистую. Запасная чистая посуда должна находиться на отдельном столе.

В самом начале следует перечислить все блюда и закуски, которые находятся на столе, и их расположение, чтобы гости с нарушением зрения чувствовали себя комфортно. При подаче горячего блюда таким гостям следует озвучить, с какой стороны тарелки находится гарнир, с какой — основное блюдо, чтобы им было проще сориентироваться на тарелке.

Если к горячему блюду подаются салаты, всегда удобнее и эстетичнее использовать небольшой индивидуальный салатник. Во-первых, наличие салата на тарелке вместе с гарниром и горячим блюдом выглядит не очень красиво, во-вторых, слепому или слабовидящему будет удобнее есть, если салат находится в отдельном салатнике, а основное блюдо на тарелке, в таком случае ничего не перемешивается. Если планируется подача соуса, то стоит предложить гостям индивидуальные розетки для соуса (рис. 25).



Рис. 25. Индивидуальная розетка для соуса

Холодные закуски обычно ставят на стол еще до того, как садятся гости. Для холодных закусок нужно подобрать соответствующую посуду. Салаты и винегреты расклады-

вают в салатники, остальные закуски в блюда соответствующего размера. Если гостей много и стол большой, то следует оформлять не одно большое блюдо с закусками, а несколько одинаковых небольших тарелок и расставлять их в разных концах стола. Следует аккуратно раскладывать закуски на блюде, чтобы выглядело красиво. Можно украсить их листьями зелени или разложить различные нарезки на крупные листья салата.

Мясные и рыбные блюда должны быть порезаны на небольшие порционные куски. Желательно, чтобы рыба и птица были без костей, особенно если за столом сидят в основном гости с нарушением зрения. Если рыба подается с костями, предупредите об этом гостей. Рыбу обычно украшают лимоном, тонко порезав его дольками и разложив сверху. Недопустимо выставлять на стол продукты в той посуде, в которой они продавались (консервы, банки с консервированными овощами и т. д.). После закусок бывшие в употреблении приборы и посуду уносят.

Если хотите украсить стол цветами или свечами, следует тщательно продумать их расположение. Цветы следует ставить низкие, в широкой невысокой вазе, во-первых, чтобы они не мешали разговаривать, а во-вторых, чтобы их нечаянно не уронили, задев рукой во время застолья. Не используйте для украшения стола цветы с яр-



ким и резким запахом. Перед тем как поставить цветы на стол, потрясите их, для того чтобы убедиться, что с них не осыпаются лепестки и листья. Свечи стоит ставить в подсвечниках в форме низкого бокала, так чтобы и сама свеча, и пламя находились за стенками подсвечника, тогда никто из гостей с нарушением зрения не заденет пламя (рис. 26). Для того чтобы свеча не была опрокинута, подсвечник должен быть невысокий и устойчивый. Следует в самом начале приема предупредить гостей с нарушением зрения о наличии, высоте и расположении на столе свечей, цветов и других декоративных украшений.



Рис. 26. Устойчивый подсвечник, закрывающий пламя свечи

Места для гостей определяют хозяева. При их рассадке следует учитывать разные факторы: значимость гостя за столом, интересы людей, пол. Если за столом будут присутствовать зрячие и гости с нарушением зрения, можно продумать рассадку так, чтобы зрячим было удобно помогать подавать блюда слепым или слабовидящим гостям. Хозяевам стола следует сесть так, чтобы было удобно вставать из-за стола по необходимости, если потребуется что-то принести.

В заключение хотим дать еще один немаловажный совет: собираясь принимать гостей, всегда продумайте, чем вы их будете развлекать, ведь еда — это только одна из составляющих хорошего приема.

## *Литература*

1. Драсутене, Е. 1000 вкусных блюд / Е. Драсутене, О. Радайтене, Е. Старкене, А. Шлижене. — Вильнюс : Гос. изд-во полит. и науч. лит. Литовской ССР, 1957. — 586 с.
2. Инч, А. 1000 правил сервировки и столового этикета. Безупречные рекомендации лучшего английского дворецкого / А. Инч, А. Херст. — М. : АСТ : Астрель, 2009. — 159 с.
3. Любимов, А. А. Обучение предметно-практическим действиям детей с глубоким нарушением зрения / А. А. Любимов, М. П. Любимова // Воспитание и обучение детей с нарушением развития. — 2013. — № 8. — С 36–44.

**Марта Павловна Любимова**

**СТОЛОВЫЙ ЭТИКЕТ И СЕРВИРОВКА СТОЛА,  
АДАПТИРОВАННЫЕ ДЛЯ ЛЮДЕЙ  
С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ**

*Методическое пособие*

**12+**

Редактор Е. С. Савинова  
Компьютерная верстка —  
Е. С. Савинова  
Дизайн серии — Г. С. Елфимова  
Отв. за выпуск Е. В. Захарова

Подписано в печать 19.09.2018.  
Формат 60x84/16. Бумага офсетная.  
Гарнитура Times New Roman. Печать цифровая.  
Усл. п. л. 3,49. Уч.-изд. л. 1,84.  
Тираж 170 экз. Зак. Б-008.  
Цена договорная.

Адрес редакционного отдела: 129090, г. Москва,  
Протопоповский пер., д. 9, РГБС.

Отпечатано с электронной версии заказчика  
в типографии ООО «Минута Принт Медиа».  
125212, г. Москва, Кронштадтский б-р., д. 7А, комната 16.