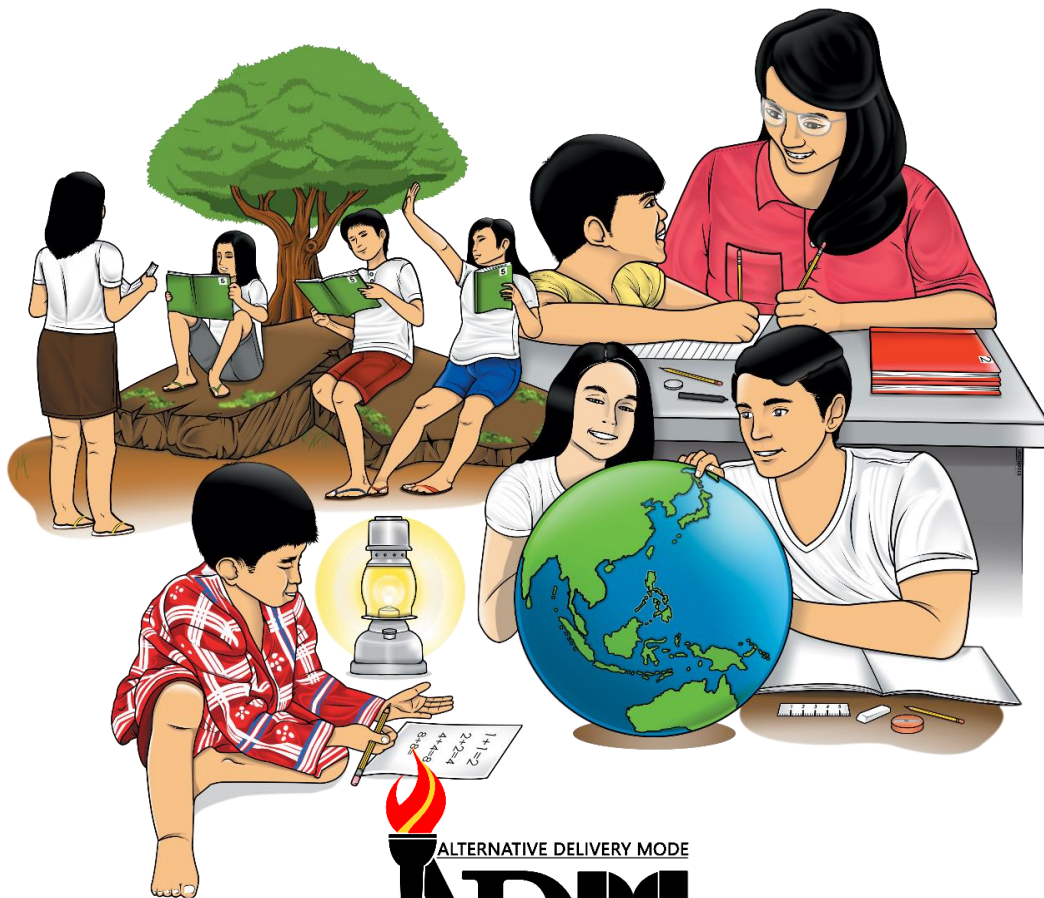


5

# Edukasyong Pantahanan at Pangkabuhayan

## Home Economics – Modyul 10: Kaakit-akit na Paghahanda ng Pagkain



ALTERNATIVE DELIVERY MODE  
**ADM**

PAG-AARI NG PAMAHALAAN  
HINDI IPINAGBIBILI

**Edukasyong Pantahanan at Pangkabuhayan – Ikalimang Baitang  
Alternative Delivery Mode  
Home Economics – Modyul 10: Kaakit-akit na Paghahanda ng Pagkain  
Unang Edisyon, 2020**

Isinasaad sa Batas Republika 8293, Seksiyon 176 na: Hindi maaaring magkaroon ng karapatang-sipi sa anomang akda ang Pamahalaan ng Pilipinas. Gayunpaman, kailangan muna ang pahintulot ng ahensiya o tanggapan ng pamahalaan na naghanda ng akda kung ito ay pagkakakitaan. Kabilang sa mga maaaring gawin ng nasabing ahensiya o tanggapan ay ang pagtakda ng kaukulang bayad.

Ang mga akda (kuwento, seleksiyon, tula, awit, larawan, ngalan ng produkto o brand name, tatak o trademark, palabas sa telebisyon, pelikula, atbp.) na ginamit sa aklat na ito ay nagtataglay ng karapatang-ari ng mga iyon. Pinagsumikapang matunton ang mga ito upang makuha ang pahintulot sa paggamit ng materyales. Hindi inaangkin ng mga tagapaglathala at mga may-akda ang karapatang-aring iyon. Ang anumang gamit maliban sa aklat na ito ay kinakailangan ng pahintulot mula sa mga orihinal na may-akda ng mga ito.

Walang anumang bahagi ng materyal na ito ang maaaring kopyahin o ilimbag sa anumang paraan nang walang pahintulot sa Kagawaran.

Inilathala ng Kagawaran ng Edukasyon  
Kalihim: Leonor Magtolis Briones  
Pangalawang Kalihim: Diosdado M. San Antonio

**Bumuo sa Pagsusulat ng Modyul**

**Manunulat:** Elvira G. Dapiton

**Editor:** Idah M. Sayre, Gary B. Mosquito, Gina J. Galvez

**Tagasuri:** Annie Vir D. Tariao, Philina G. Dadap

**Tagalapat:** Junrell R. Lora

**Tagapamahala:**

Ramir B. Uytico  
Arnulfo M. Balane  
Rosemarie M. Guino  
Joy B. Bihag  
Ryan R. Tiu  
Lani H. Cervantes  
Alejandro S. Almendras  
Maria Pia B. Chu  
Allan O. Celedonio  
Imelda A. Amodia

**Inilimbag sa Pilipinas ng \_\_\_\_\_**

**Department of Education – SDO - Region VIII**

Office Address: Government Center, Candahug, Palo, LEyte

Telefax: 053 323 3156

E-mail Address: region8@deped.gov.ph

**5**

**Edukasyong  
Pantahanan at  
Pangkabuhayan  
Home Economics – Modyul 10:  
Kaakit-akit na Paghahanda  
ng Pagkain**

# Paunang Salita

Para sa tagapagdaloy:

Malugod na pagtanggap sa asignaturang Edukasyong Pantahanan at Pangkabuhayan – Home Economics 5 ng Alternative Delivery Mode (ADM) Modyul para sa araling **Kaakit-akit na Paghahanda ng Pagkain**.

Ang modyul na ito ay pinagtulungang dinisenyo, nilinang at sinuri ng mga edukador mula sa pambuliko at pampribadong institusyon upang gabayan ka, ang gurong tagapagdaloy upang matulungang makamit ng mag-aaral ang pamantayang itinakda ng Kurikulum ng K to12 habang kanilang pinanagumpayan ang pansarili, panlipunan at pang-ekonomikong hamon sa pag-aaral.

Ang tulong-aral na ito ay umaasang makauugnay ang mag-aaral sa mapatnubay at malayang pagkatuto na mga gawain ayon sa kanilang kakayahan, bilis at oras/panahon. Naglalayon din itong matulungan ang mag-aaral upang makamit ang mga kasanayang pan-21 siglo habang isinasaalang-alang ang kanilang mga pangangailangan at kalagayan.

Bilang karagdagan sa materyal ng pangunahing teksto, makikita ninyo ang kahong ito sa pinakakatawan ng modyul:



## ***Mga Tala para sa Guro***

Ang modyul na ito ay inihanda upang magamit ito ng mag-aaral sa kanilang tahanan sa panahong sila ay wala sa paaralan. Ang pagbibigay ng modyul na ito ay dapat alinsunod sa mga araling nakabatay sa Curriculum Guide ng Edukasyong Pantahanan at Pangkabuhayan 5 (Home Economics).

Ang bawat gawain ay dapat suriing mabuti kapag natapos na ng mag-aaral ang modyul na ito bago ipagpatuloy ang pag-aaral at pagsagot sa susunod na modyul ng aralin.

Bilang tagapagdaloy, inaasahang bibigyan mo ng paunang kaalaman ang mag-aaral kung paano gamitin ang modyul na ito. Kinakailangan ding subaybayan at itala ang pag-unlad nila habang hinahayaan silang pamahalaan ang kanilang sariling pagkatuto. Bukod dito, inaasahan mula sa iyo na higit pang hikayatin at gabayan ang mag-aaral habang isinasagawa ang mga gawaing nakapaloob sa modyul.

Para sa mag-aaral:

Malugod na pagtanggap sa Alternative Delivery Mode (ADM) Modyul ukol sa **Kaakit-akit na Paghahanda ng Pagkain**.

Ang modyul na ito ay ginawa bilang tugon sa iyong pangangailangan. Layunin nitong matulungan ka sa iyong pag-aaral habang wala ka sa loob ng silid-aralan. Hangad din nitong mabigyan ka ng mga makabuluhang pagkakataon sa pagkatuto.

Ang modyul na ito ay may mga bahagi at icon na dapat mong maunawaan.



**Alamin**

Sa bahaging ito, malalaman mo ang mga dapat mong matutuhan sa modyul.



**Subukin**

Sa pagsusulit na ito, makikita natin kung ano na ang kaalaman mo sa aralin ng modyul. Kung nakuha mo ang lahat ng tamang sagot ng may (100%), maaari mong laktawan o ipagpaliban ang bahaging ito ng modyul.



**Balikan**

Ito ay maikling pagsasanay o balik-aral upang matulungan kang maiugnay ang kasalukuyang aralin sa naunang leksyon.



**Tuklasin**

Sa bahaging ito, ang bagong aralin ay ipakikilala sa iyo sa maraming paraan tulad ng isang kuwento, awitin, tula, pambukas na suliranin, gawain o isang sitwasyon.



**Suriin**

Sa seksyong ito, bibigyan ka ng maikling pagtalakay sa aralin. Layunin nitong matulungan kang maunawaan ang bagong konsepto at mga kasanayan.



**Pagyamanin**

Binubuo ito ng mga gawaing para sa mapatnubay at malayang pagsasanay upang mapagtibay ang iyong pang-unawa at mga kasanayan sa paksa. Maaari mong iwasto ang mga sagot mo sa pagsasanay gamit ang susi sa pagwawasto sa huling bahagi ng modyul.



**Isaisip**

Naglalaman ito ng mga katanungan o mga gawaing nakasusukat sa mga kaalaman ng mag-aaral upang maproseso kung ano ang natutuhan mo mula sa aralin.



### **Isagawa**

Ito ay naglalaman ng gawaing nakasusukat sa mga kaalaman makatutulong sa iyo upang maisalin ang bagong kaalaman o kasanayan sa tunay na sitwasyon o realidad ng buhay.



### **Tayahin**

Ito ay gawain na naglalayong matasa o masukat ang antas ng pagkatuto sa pagkamit ng natutuhang kompetensi.



### **Karagdagang Gawain**

Sa bahaging ito, may ibibigay sa iyong panibagong gawain upang pagyamanin ang iyong kaalaman o kasanayan sa natutuhang aralin.



### **Susi sa Pagwawasto**

Naglalaman ito ng mga tamang sagot sa lahat ng mga gawain sa modyul.

Sa katapusan ng modyul na ito, makikita mo rin ang:

### **Sanggunian**

Ito ang talaan ng lahat ng pinagkuhanan sa paglikha o paglinang ng modyul na ito.

Ang sumusunod ay mahahalagang paalala sa paggamit ng modyul na ito:

1. Gamitin ang modyul nang may pag-iingat. Huwag lalagyan ng anumang marka o sulat ang anumang bahagi ng modyul. Gumamit ng hiwalay na papel sa pagsagot sa mga pagsasanay.
2. Huwag kalimutang sagutin ang *Subukin* bago lumipat sa iba pang gawaing napapaloob sa modyul.
3. Basahing mabuti ang mga panuto bago gawin ang bawat pagsasanay.
4. Panatilihin ang katapatan sa pagsasagawa ng mga gawain at sa pagwawasto ng mga kasagutan.
5. Tapusin ang kasalukuyang gawain bago dumako sa iba pang pagsasanay.
6. Ibalik ang modyul na ito sa iyong guro o tagapagdaloy kung tapos nang sagutin ang lahat ng pagsasanay.

Kung sakaling ikaw ay mahirapang sagutin ang mga gawain sa modyul na ito, huwag mag-aalinlangang konsultahin ang inyong guro o tagapagdaloy. Maaari ka rin humingi ng tulong kay nanay o tatay, o sa nakatatanda mong kapatid o sino man sa iyong mga kasama sa bahay na mas nakatatanda sa iyo. Laging itanim sa iyong isipang hindi ka nag-iisa.

Umaasa kami sa pamamagitan ng modyul na ito, makararanas ka ng makahulugang pagkatuto at makakakuha ka ng malalim na pang-unawa sa kaugnay na mga kompetensi. Kaya mo ito!



## ***Alamin***

Maraming paraan ang paghahanda ng nilutong pagkain sa hapag kainan. Dapat na maging kaakit-akit ang itsura ng pagkain upang magustuhan ng taong pagdudulutan. Maaaring gawin ito sa pamamagitan ng paglalagay ng palamuting gulay, prutas, o sarsa sa ibabaw ng pagkain o gilid nito na tinawag nating **Plating**.

Sa modyul na ito, ikaw ay inaasahang makalilikha ng ilang paraan ng kaakit-akit na paghahanda ng pagkain.



## Subukin

A. Piliin sa loob ng kahon ang salita na tinutukoy sa bawat bilang. Isulat ang sagot sa kuwaderno

- |  |   |       |
|--|---|-------|
| 1. Tumutukoy sa init at lamig                | - | _____ |
| 2. Nagpapaganda ng isang bagay               | - | _____ |
| 3. Nagpapasarap sa pagkain                   | - | _____ |
| 4. Anyo ng isang bagay                       | - | _____ |
| 5. Malambot o magaspang                      | - | _____ |
| 6. Maginhawang gamitin kapag maraming bisita | - | _____ |

lasa	anyo	kulay	tekstura
	hugis	buffet	temperatura

B. Tukuyin ang iba't ibang estilo sa paghahanda ng kaakit-akit na pagkain. Piliin sa kahon ang sagot.

- Anong estilo ang pinakamainam gamitin kapag maraming panauhin?
- Ano ang tawag sa pinakamahal at karaniwang estilo na ginagamit ng mga mayayaman na pamilya?
- Ano ang tawag sa **serving dishes**?
- Sa estilong ito makakakain agad ang panauhin pagkaupo sa hapag kainan, dahil nakaayos na ang pagkain sa bawat pinggan bago ilagay sa hapag-kainan.

Estilong Filipino	Estilong Blue plate
Estilong Russian	Estilong Buffet
	Estilong English



# Pamamalengke ng mga Sangkap sa Pagluluto

Alam mo ba kung paano ang paghahanda ng pagkain na kaakit-akit? Nasubukan mo na ba ang iba't ibang estilo sa paghahanda?

Sa modyul na ito, matututunan mo ang paghahain ng kaakit-akit na pagkain at ang paglikha, pagsagawa, at pagsabuhay ng kaalaman ng iba't ibang estilo sa pagdudulot nito.



## ***Balikan***

Tingnan natin ang galing mo sa pagtanda sa nakaraang aralin. Subukang sagutin ang gawain sa ibaba. Ito ay tungkol sa wastong pangkalusugan at pangkaligtasan sa paghahanda ng pagkain.

Iguhit ang tala ★ kung ang pangungusap ay tumutukoy sa wastong pangkalusugan at pangkaligtasan sa paghanda ng pagkain at ekis (X) kung hindi. Isulat ang sagot sa kuwaderno.

1. Ilagay sa tamang lagayan ang pagkaing niluto at takpan ito.
2. Hugasang mabuti ang mga kamay bago at pagkatapos maghanda ng pagkain.
3. Magluto ng marami kahit tatlo lang kayong kakain.
4. Gumamit ng apron upang hindi marumihan ang damit at maglagay ng **hairnet** o bandana sa ulo.
5. Linisin at iligpit ang lahat ng gamit pagkatapos magluto.



## ***Tuklasin***

Ang mag-anak na Rosas ay naghahanda para sa pagdating ng kanilang kamag-anak mula Amerika. Naghanda sila ng makulay na pagkain, may pula, berde, dilaw, at lubhang kaakit-akit, gaya ng gelatin na hugis bituin. Iba't ibang ulam na masarap ang lasa. May litson na malutong at iba't ibang tekstura ng pagkain. Mayroon ding estilong buffet ang ginagamit nila dahil sa maraming kamag-anak ang dumalo. Nasisiyahan ang lahat sa mga inihandang pagkain lalo na't nagkakaisa sila sa unang pagkakataon.

Tanong:

Sino ang may handaan?

Ano-ano ang mga inihandang pagkain ng mag-anak na Rosas?

Anong estilo ang ginamit nila sa handaan?

Kung ang iyong pamilya ay may mga panauhin tatanggapin niyo ba sila ng bukal sa loob? Ipaghahanda ba ninyo sila ng pagkaing kaakit-akit?



## ***Suriin***

Ang hitsura ng pagkain ay kasinghalaga ng linamnam nito. Kung ang presentasyon ay kawili-wili, kahit simpleng putahe o ulam ang inihanda siguradong magugustuhan ito ng pagdudulutan.

Ang mga sumusunod ay dapat tandaan sa paghahanda ng kaakit-akit na pagkain:

### **1. Kulay**

Kailangang makulay ang ihahandang pagkain upang ito ay kaakit-akit. Siguraduhing magkakatugma at magkakabagay sa isa't-isa ang mga kulay, halimbawa ng kulay pula, berde, at dilaw para sa gisadong gulay.

### **2. Lasa**

Tiyaking hindi masyadong maalat, maanghang, o matabang ang nilutong pagkain. Sapagkat ang ulam o pagkaing inihanda ang binubuo ng iba't ibang sangkap. Ang panlasa ng bawat tao ay iba-iba kaya ang pagbabagay ng panlasa ay naaayon sa nais ng taong kakain.

### **3. Hugis at anyo**

Ang pagsama-sama ng iba't ibang hugis at anyo ng mga sangkap ng pagkain ay nagiging kaakit-akit lalo na sa mga bata. Partikular ang mga bata sa hugis at anyo ng mga sangkap ng pagkain. Halimbawa nito ang gelatin na hugis puso o di kaya hugis bituin.

### **4. Pagkakaiba-iba ng tekstura**

Ang tekstura ay maaaring malambot o, malutong, gaya ng **carrots**, **pipino stick**, mamasa-masa, malambot, at **chewy**.

### **5. Temperatura**

Ito ay maaring mainit at malamig. Ihain ang pagkaing malamig kung ito ay dapat na malamig gaya ng salad at mainit kung ito dapat na mainit gaya ng sabaw o sopas.

Dapat din gamitan ng iba't ibang estilo ang pagdudulot ng pagkain, gaya ng sumusunod:

### 1. Estilong Filipino



Makikita sa estilong ito na nakalagay sa bandehado o **serving dishes** at nakaayos sa gitna ng mesa ang mga pagkain. Ipapasa ang pagkain sa mga kumakain at naglalagay sa sariling pinggan.

### 2. Estilong English



Nakaayos ang pagkain sa harap ng **host** o punong-abala na siyang may handa. Siya ang naglalagay ng pagkain sa mga pinggan.

### 3. Estilong Blue Plate



Sa estilong ito makakakain agad ang panauhin pagkaupo sa hapag kainan, dahil nakaayos na ang pagkain sa bawat pinggan bago ilagay sa hapag-kainan.

### 4. Estilong Russian

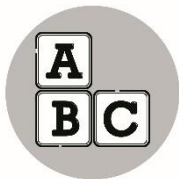


Ito ay isang pormal at pinakamahal na estilo. Tanging mayayamang pamilya ang gumagamit nito kapag may handaan sa bahay man o sa hotel.

## 5. Estilong Buffet



Kapag maraming panauhin ito ang karaniwan at pinakamaginhawang estilong ginagamit. Ang mga pagkain, pinggan, kubyertos, tasa, platito, at baso ay nakaayos sa mesa. Ang mga panauhin na ang siyang pipili at kukuha ng nais nilang pagkain.



## *Pagyamanin*

### Gawain 1

Basahin muli ang kaisipan sa suriin. Alamin ang mga dapat isaalang-alang sa paghahanda ng kaakit-akit na pagkain. Kung naisaisip mo na ang mga ito, sagutin ang pagsubok sa ibaba. Simulan mo na!

Pagtatasa 1

**Panuto:** Isulat ang T kung tama at M kung mali ang ipinahayag sa bawat bilang.

Isulat ang sagot sa sagutang papel.

1. Ang kaakit-akit na paghahanda ng nilutong pagkain ay kasinghalaga ng linamnam nito.
2. Hindi na kailangan ang tekstura ng pagkain sa paghahanda.
3. Ang mga bata ay partikular sa hugis at anyo ng mga sangkap ng pagkain.
4. Maging malikhain sa paghahanda ng pagkain sa hapag-kainan.
5. Kahit simpleng ulam ang ihahanda kailangan ang kaakit-akit na presentasyon nito.

### Gawain 2

Gunitain sa iyong isipan ang larawan ng iba't ibang estilo sa pagdudulot ng pagkain. Naalala mo na ba? Isipin itong mabuti. May inihanda akong pagsubok sa ibaba at subukan mong tukuyin ang estilo sa pagdudulot.

Pagtatasa 2

**Panuto:** Tingnan ang mga larawan sa ibaba at tukuyin kung anong estilo sa pagdudulot ng pagkain ang ginagamit. Isulat ang sagot sa kuwaderno.

1.



---

2.



---

3.



---

4.



---

5.



---

### Gawain 3

Pag-aralang mabuti ang mga larawan sa ibaba.

**Larawan 1**



**Larawan 2**

Pagtatasa 3

1. Ano ang iyong masasabi sa unang larawan?
2. Ano naman ang masasabi mo sa ikalawang larawan?
3. Paano mo gagawing kaaya-aya ang pagkain na nasa ikalawang larawan?  
Iguhit ito sa iyong kuwaderno.



### **Isaisip**

Sagutin ang sumusunod na tanong at isulat ang sagot sa sagutang papel.

1. Ano-ano ang dapat isaalang-alang sa paghahanda ng kaakit-akit na pagkain?
2. Ano ang kabutihang dulot ng paghahanda ng pagkain sa kaakit-akit na paraan?



### **Isagawa**

Malapit na ang pista sa inyong lugar at gusto mong tulungan ang iyong nanay sa paghahanda at pagdudulot ng pagkain. Iguhit sa iyong kuwaderno ang isa sa mga pagkain na iyong inihanda at paano mo ito gagawing kaakit-akit.





## **Tayahin**

A. Markahan ang iyong iginuhit na pagkain sa “Isagawa”. Gamitin ang **rubrics** sa ibaba.

Rubrics sa Paghahanda nang kaakit-akit na Pagkain

Kategorya	5	3	1	
Lasa	masarap	di-gaanong masarap	Hindi masarap	
Hugis/anyo/kulay	Kaakit-akit tingnan	Di-gaanong kaakit-akit tingnan	Hindi kaakit-akit	
Kompletong sangkap at kagamitan	Lahat ng sangkap at kagamitan ay naihanda	Isang sangkap at kagamitan ang kulang	Dalawa hanggang tatlong sangkap at kagamitan ang kulang	



## **Karagdagang Gawain**

Siguradong marami kang natutunan sa modyul na ito, gamit ang internet o magasin, mangalap ng mga larawan na nagpapakita ng iba’t ibang istilo sa pagdudulot ng pagkain sa paraang Blue Plate.



## Susi sa Pagwawasto

➤ Pagkalap ng larawan na nagpapakita ng iba't - ibang pagdulot ng pagkain sa paraang blue plate.

### KARAGDAGANG GAWAIN:

1. Kulay, lasa, hugis o anyo, tekstura at temperatura.  
2. Ang mga panauhin ay masayang kakain ng iyong inihanda.

### ISAISIP:

1. T 1. Estilong Russian  
2. M 2. Estilong Buffet  
3. T 3. Estilong English  
4. T 4. Estilong Filipino  
5. T 5. Estilong Blue plate

### Gawain 2

### PAGYAMANIN: Gawain 1

**BALIKAN:**

1. ★  
2. ★  
3. X  
4. ★  
5. ★

Pinakamatas - 5  
Matas - 3  
Mababa - 1

### TAYAHIN: Rubrics

Gawain 3  
➤ Malayang makapag - bibigay sagot sa mag - saaral.

1. Ang mag - anak na Rosas.  
2. Gelatin na hugis bituin, iba't ibang ualm at litson.  
3. Estilong Buffet  
4. Opo.

### TUKASIN:

1. temperatura  
2. kulay  
3. lasa  
4. hugis  
5. tekstura  
6. buffet

### A. SUBUKIN:

**B.**  
7. Estilong Buffet  
8. Estilong Russian  
9. Estilong Filipino  
10. Estilong Blue plate

# ***Sanggunian***

*Curriculum Guide*, EPP 5, EPP5HE-0J-30

Kaalaman at kasanayan tungo sa Kaunlaran pp.170-171

Gloria a. Peralta, EdD, Ruth A. Arsenue, Catalina R. Ipolan, Yolanda L. Quiambao, Jeffrey D.de Guzman

TG IN EPP 5

Pikrepo. “Royalty-free HD Filipino foods photos”.

<https://www.pikrepo.com/search?q=Filipino+foods>. Accessed: 27 July 2020

Wikimedia.Commons. Creative Commons – Free royalty food pictures.

<https://commons.wikimedia.org/> Accessed: 27 July 2020

Wikimedia.Commons. Veggie Buffet.

[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Veggie\\_buffet.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Veggie_buffet.jpg) Accessed: 27 July 2020.

Pxfuel. Free Royalty spaghetti Pictures.

<https://www.pxfuel.com/en/search?q=spaghetti>. Accessed: 27 July 2020.

**For inquiries or feedback, please write or call:**

Department of Education - Bureau of Learning Resources (DepEd-BLR)

Ground Floor, Bonifacio Bldg., DepEd Complex  
Meralco Avenue, Pasig City, Philippines 1600

Telefax: (632) 8634-1072; 8634-1054; 8631-4985

Email Address: [blr.lrqad@deped.gov.ph](mailto:blr.lrqad@deped.gov.ph) \* [blr.lrpd@deped.gov.ph](mailto:blr.lrpd@deped.gov.ph)