

KÖK/GASTRONOMI

Utbildningsplan, centralt innehåll

Vilhelmina Lärcentrum

Ingående kurser:

1. MALMAL01 Matlagning 1, 100p
2. MALMAL02 Matlagning 2, 200p
3. LIVLIV01 Livsmedels- och näringskunskap 1, 100p
4. HYGHYG0 Hygien, 100p
5. KGYORI11c Service och bemötande-100p

MALMAL01 Matlagning 1, 100p

Centralt innehåll

- Grundläggande matlagning och matlagningsmetoder.
- Kalla och varma maträtter.
- Kökets redskap, maskiner och annan utrustning. Hur de används och hanteras på ett säkert sätt.
- Grunderna i identifiering, behandling och hantering av råvaror samt smakmässiga och ekonomiska konsekvenser av hur råvaror behandlas och förvaras.
- Hygien och dagliga hygienrutiner, till exempel rengöring av lokaler och utrustning.
- Ergonomi i det egna arbetet samt ergonomiska riskfaktorer.
- Arbetsmiljö och säkerhet samt lagar och andra bestämmelser som gäller inom området, till exempel livsmedelslagen.
- Grundläggande kommunikation för arbete i kök.

MALMAL02 Matlagning 2, 200p

Centralt innehåll

- Yrkesmässig matlagning och metoder avsedda för restaurang och storkök.
- Rationella arbetsätt vid matlagning i restaurang och storkök.
- Kalla och varma maträtter, klassiska såväl som nyskapande.
- Kökets redskap, maskiner och annan utrustning. Hur de används, hanteras och vårdas på ett säkert sätt.
- Grundläggande allergi- och specialkostmatlagning.
- Råvaror och hur de kan kombineras på ett näringsmässigt, kreativt och ekonomiskt sätt.
- Hygien och dagliga hygienrutiner, till exempel rengöring av lokaler och utrustning.
- Ergonomi i det egna arbetet samt ergonomiska riskfaktorer.
- Arbetsmiljö och säkerhet samt lagar och andra bestämmelser som gäller inom området, till exempel livsmedelslagen.
- Metoder för utvärdering.
- Grundläggande kommunikation för arbete i kök samt grundläggande fackterminologi.

LIVLIV01 Livsmedels- och näringskunskap 1, 100p

Centralt innehåll

- Undervisningen i kursen ska behandla följande centrala innehåll:
- Identifiering och kvalitetsbedömning av råvaror och livsmedel.
- Näringsämnen, deras uppbyggnad och funktioner i kroppen samt deras betydelse för människors hälsa.
- Olika led i hanteringen av råvaror och livsmedel: odling, djurhållning, transport, förvaring och förädling.
- Hur olika tillagningsmetoder påverkar råvarors och livsmedels kvalitet och näringsinnehåll.
- Kemiska processer som pågår i råvaror och livsmedel vid förädling och förvaring.
- Näringsberäkningar. Hälsa och livsstil. Hur individers energibehov och näringsbehov påverkas av olika faktorer, till exempel aktivitet.
- Allergi- och specialkost. Näringstillstånd med kostrekommendationer för till exempel äldre, barn och sjuka.
- Kostsituationen i Sverige och i övriga världen, till exempel undernäring, fetma och resursfördelning.
- Etik och miljö när det gäller råvaru- och livsmedelshantering samt resurshushållning.
- Lagar och andra bestämmelser inom området.

HYGHYGO Hygien, 100p

Centralt innehåll

- Mikroorganismers förekomst, egenskaper, livsbetingelser och betydelse.
- Smittvägar, livsmedelsburna infektioner och matförgiftningar.
- God hygienpraxis i samband med livsmedelshantering.
- Metoder för hantering av råvaror samt för tillagning, varmhållning, nedkylning, uppvärmning och förvaring av livsmedel.
- Provtagning och andra kontroller.
- Rengöring av utrustning och lokaler.
- Lagar och andra bestämmelser inom livsmedelsområdet.
- Kontrollprogram för livsmedelshygien.

KGYORI11c Service och bemötande 100 p

Centralt innehåll

- Kulturella skillnader i kommunikationsmönster.
- Bemötande, kroppsspråk och språklig kommunikation i olika servicesituationer samt yrkesmässigt hänsynstagande till kundens eller gästens integritet.
- Kundens eller gästers olika behov samt hur man kan anpassa produkter och tjänster till individuella önskemål.
- Betydelsen av god kännedom om de produkter och tjänster som branschen erbjuder samt intern och extern marknadsföring.
- Kundvårdande åtgärder för att skapa och bibehålla kundrelationer.