**Vyučujúci: Ing. Zuzana Opielová,** [**zuzana.opielova7@gmail.sk**](mailto:zuzana.opielova7@gmail.sk)

Podmienky ku klasifikácii v predmete: **Základy varenia a výživy IUP**

Odbor: **Praktická žena**   
Ročník: **Prvý, druhý**

**Konzultácia:** - Utorok od 14.00 – 15.00......termín len po osobnej dohode !!!

**Všetky stretnutia a termín skúšky si deň predtým overte!**

ROČNÍK: **Prvý**

**Rozpis učiva:**

**I. polrok**

**Predbežná úprava potravín**

Hygiena a bezpečnosť potravín

Kontaminácia potravín a jej prevencia

HACCP, BOZP

Hygiena ( osobná, hygiena na pracovisku)

Skladovanie potravín

Charakteristika úpravy potravín ( živočíšneho, rastlinného pôvodu)

**Tepelné spracovanie potravín**

Varenie, dusenie, smaženie, grilovanie, konzervovanie

**Polievky**

Druhy a význam polievok

Postup pri varení

Závarky, Zápražky, zátrepky a ich príprava

**II. polrok**

**Omáčky**

Charakteristika a delenie omáčok

Príprava teplých omáčok

**Prílohy a doplnky k studeným jedlám**

Studená kuchyňa

Zemiaky ( rôzne spôsoby spracovania)

Múčne prílohy

Príprava cestovín

Príprava rizota a príloh z ryže

**Stolovanie**

Prestieranie pri raňajkách, obede, večeri

Zásady a pravidlá stolovania

Etiketa pri stolovaní

Prestieranie a stolovanie pri rôznych spoločenských príležitostiach

**Skúška za I. polrok: január**

Písomná skúška

**Skúška za II. polrok: máj**

Písomná skúška

|  |  |
| --- | --- |
| **Celkové aj čiastočné hodnotenie** | |
| *Rozpätie %* | *Známka* |
| 100% – 86% | výborný (1) |
| 85% - 71% | chválitebný (2) |
| 70% - 55% | dobrý (3) |
| 54% - 40% | dostatočný (4) |
| 39% - 0 | nedostatočný (5) |

ROČNÍK: **Druhý**

**Rozpis učiva:**

**I. polrok**

**Základy varenia a výživy**

**Bezmäsité pokrmy**

Charakteristika a delenie bezmäsitých pokrmov

Zelenina, zemiaky, ryža, huby– úprava pokrmov

Strukoviny, cestoviny, vajcia, syry – úprava pokrmov

**Jednoduché múčniky**

Druhy cesta + príprava

Múčniky z kysnutého, lístkového a piškótového cesta

**II. polrok**

**Pokrmy studenej kuchyne**

Príprava šalátov

Príprava obložených chlebíkov a mís

**Jedlá z mäsa**

Jedlá z bravčového a mletého mäsa

Jedlá z hydiny

Jedlá z rýb

**Praktické cvičenia zo stolovania**

Podávanie raňajok, desiatej, olovrantu, obeda a večere

**Skúška za I. polrok: január**

Písomná skúška

**Skúška za II. polrok: máj**

Písomná skúška

|  |  |
| --- | --- |
| **Celkové aj čiastočné hodnotenie** | |
| *Rozpätie %* | *Známka* |
| 100% – 86% | výborný (1) |
| 85% - 71% | chválitebný (2) |
| 70% - 55% | dobrý (3) |
| 54% - 40% | dostatočný (4) |
| 39% - 0 | nedostatočný (5) |