

## Vzdělávací obsah vyučovacího předmětu

### **Základy kuchařských prací – 1. rok ( 1 )**

Očekávané výstupy	Téma, učivo	Průřezová témata, mezipředmětové vztahy
<p>Žák by měl</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>znát základní zásady bezpečnosti při práci v kuchyni</b></li><li>• orientovat se v základním vybavení kuchyně</li><li>• bezpečně používat jednoduché i složitější kuchyňské náčiní a znát jeho využití</li><li>• bezpečně obsluhovat základní techniku v kuchyni</li><li>➤ <b>seznámit se s kuchařskými knihami a jejich použitím</b></li><li>• dokázat vyhledat elektronické kuchařské knihy a online recepty</li><li>➤ <b>orientovat se ve způsobu předběžné úpravy a přípravy surovin</b></li></ul>	<p><b><u>Technologie</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• předpisy bezpečnosti práce</li><li>• osobní hygiena, pracovní oblečení</li><li>• hygienické předpisy</li><li>• odborné pojmenování kuchyňského náčiní a spotřebičů</li><li>• manipulace se spotřebiči a kuchyňským zařízením</li><li>• kuchařské knihy</li><li>• základní tepelné úpravy při zpracování potravin – vaření, zadělávání, dušení, pečení, smažení</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>PT/OSV – Rozvoj poznávacích schopností</b></li><li>• PV – osobní hygiena</li><li>• <b>PT/OSV – Spolupráce – rozvoj individuálních dovedností</b></li><li>• PV – práce v domácnosti, vaření</li><li>• Inf – ovládání kuchyňských přístrojů pomocí digitálních technologií</li><li>• Inf – internet (vyhledávání informací, e-knihy, online recepty)</li></ul>

## Základy kuchařských prací – 1. rok ( 2 )

Očekávané výstupy	Téma, učivo	Průřezová témata, mezipředmětové vztahy
<p>Žák by měl</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>znát základní technologické postupy přípravy tradičních jídel</b></li> <li>• znát zásady správného skladování a uchovávání surovin</li> <li>➤ <b>rozeznávat základní skupiny potravin</b></li> <li>• vybrat vhodné potraviny podle technologického postupu</li> <li>• znát význam a vliv pochutin na lidský organismus</li> <li>• mít základní znalosti o potravinách rostlinného i živočišného původu ve výživě</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• technologické postupy přípravy tradičních pokrmů – polévky, omáčky, přílohy, jateční druhy masa (hovězí, telecí, vepřové, drůbež)</li> <li>• prohlubování nácviku technologických příprav</li> </ul> <p><b><u>Potraviny a výživa</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potraviny – rozdělení</li> <li>• potraviny rostlinného původu – ovoce, zelenina, brambory, luštěniny, obiloviny, houby (složení, rozdělení, význam, použití)</li> <li>• pochutiny – koření (druhy, význam, použití)</li> <li>• potraviny živočišného původu – mléko a mléčné výrobky (význam, druhy)</li> <li>• vejce (složení, nebezpečí nákazy)</li> <li>• potraviny živočišného původu – maso (význam ve výživě, rozdělení, druhy masa, skladování)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• P – potraviny, význam pro lidské tělo</li> <li>• Z – oblasti pěstování potravin rostlinného původu</li> <li>• Inf – internet (vyhledání informací), vytvoření prezentace, autorské právo</li> <li>• P – rostliny a jejich hospodářský význam</li> <li>• P – hospodářská zvířata, drůbež, ryby a jejich hospodářský význam</li> </ul>

### Základy kuchařských prací – 1. rok ( 3 )

Očekávané výstupy	Téma, učivo	Průřezová témata, mezipředmětové vztahy
<p>Žák by měl</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>znát jednotlivé druhy masa</li> <li>umět ekonomicky zacházet se surovinami a energiemi</li> <li>orientovat se v receptech</li> <li>➤ <b>připravit studené a teplé pokrmy podle receptury</b></li> <li>zvolit vhodné potraviny podle technologického postupu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>jateční druhy masa – hovězí, telecí, vepřové (skladování, význam ve výživě)</li> <li>ostatní druhy masa – ryby, drůbež (rozdělení, význam ve výživě, skladování)</li> <li>ekonomické zacházení se surovinami</li> <li>nákup potravin</li> <li>online nakupování</li> </ul> <p><b><u>Odborný výcvik</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>receptury</li> <li>vážení a odměřování</li> <li>základní tepelné úpravy potravin – vaření, dušení, pečení, smažení</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Inf – výukové webové stránky (finanční gramotnost), elektronické formuláře, bezpečnost</li> <li>M – bankovky, mince, platební karty a manipulace s nimi</li> <li>ČJ – práce s textem, vyhledávání</li> <li>Inf – internet (vyhledávání informací, online recepty)</li> <li>M – jednotky hmotnosti, objemu, obsahu, praktické převody</li> <li>PV – práce v domácnosti, vaření</li> </ul>

### **Základy kuchařských prací – 1. rok ( 4 )**

Očekávané výstupy	Téma, učivo	Průřezová témata, mezipředmětové vztahy
<p>Žák by měl</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• znát základní tepelné úpravy</li> <li>• znát postupy přípravy základních polévek, omáček a umět je připravit</li> <li>• připravit jednotlivé druhy příloh z různých druhů základních surovin</li> <li>• připravit bezmasá jídla z jednotlivých surovin a volit vhodné doplňky k bezmasým pokrmům podle zásad racionální výživy</li> <li>• použít vhodné druhy masa podle druhu tepelné úpravy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• základní technologické úpravy polévek – příprava bílých a hnědých polévek – jednotlivé druhy vývarů, suroviny na přípravu polévek</li> <li>• základní technologické úpravy omáček – příprava jednotlivých druhů základní bílé a hnědé omáčky</li> <li>• příprava příloh a doplňků k hlavním jídlům – příprava jednotlivých druhů příloh z rýže, brambor, mouky, zeleniny, luštěnin</li> <li>• bezmasá jídla z brambor, rýže, mouky, zeleniny, luštěnin</li> <li>• masa jatečných zvířat – hovězí, telecí, vepřové maso (opracování, úprava, dávkování, porcování, úprava základů, tepelná úprava)</li> <li>• příprava pokrmů z ryb, drůbeže (využití jednotlivých tepelných úprav při zpracování)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inf – využití videí a výukových programů zaměřených na danou problematiku</li> </ul>

### Základy kuchařských prací – 1. rok ( 5 )

Očekávané výstupy	Téma, učivo	Průřezová témata, mezipředmětové vztahy
<p>Žák by měl</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>znát zásady při sestavování jídelníčku podle zásad správné výživy</b></li> <li>➤ <b>třídit odpad a chránit životní prostředí</b></li> <li>➤ <b>poskytnout první pomoc při poranění</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gastronomická pravidla – sestavování jídelních a nápojových lístků</li> <li>• zásady správné výživy</li> <li>• odpad, třídění, úspora energií</li> <li>• úrazy v kuchyni a jejich prevence, první pomoc</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inf – třídění dat na základě daných informací, internet (vyhledání informací), výukové webové stránky (zdravá výživa)</li> <li>• <b>PT/EV – Lidské aktivity a problémy životního prostředí</b> (odpady a hospodaření s nimi)</li> <li>• P, Z, OV – ochrana životního prostředí</li> <li>• Inf – výukové webové stránky (třídění odpadu a jeho recyklace)</li> <li>• P – první pomoc</li> <li>• Inf – výukové webové stránky (zásady první pomoci)</li> </ul>