**Tillredning av lunchrätter 40 kp**

**Bedömningskriterier**

Den studerande kan

• ta emot, förvara och hantera råvaror, FIFO (First in – First out)

• laga lunchrätter och göra bakverk

• betjäna kunder

• utföra arbetsuppgifter i anslutning till att arbetsskiftet slutar

• utvärdera sitt kunnande och sitt arbete som medlem av arbetsgemenskapen

**Delmål:**

## Tillredning av lunchrätter A,B,C 18 Grunder i bakning 3 Matlagning och råvaror A,B,C 6 Menyer och recept 2 Näringslära A,B,C 3 Ergonomi 1 LIA och YP 7

## **Förhandskrav för att delta i undervisningen: Att examensdelen ”att arbeta inom restaurangverksamhet” är godkänd eller att den studerande har motsvarande kunskap.**

## **Yrkesprovsbedömningens innehåll - vad ska visas/vad ska ingå**

* Yrkesprovets genomförs i första hand på en arbetsplats som är lämplig för examensdelen, om detta ej är möjligt skall yrkesprovet genomföras på skolan. Yrkesprovet skall bedömas av handledare från arbetsplatsen och handledare från skolan.
* I yrkesprovet skall den studerande visa sitt kunnande i de olika delarna i examensdelen på ett övergripande vis.
* Den studerande kan tillämpa kunnande inom olika tillredningsmetoder, känna till och planera husmanskosträtter, laga lunchrätter och göra bakverk, lägga fram mat både som portion och buffé. Den studerande skall kunna ta emot, förvara och hantera råvaror, betjäna kunder och kunna utföra arbetsuppgifter i anslutning till att arbetsskiftet slutar samt utvärdera sitt kunnande och sitt arbete som medlem av arbetsgemenskapen
* Den studerande visar kunnande inom metodmatlagning, råvaruhantering, kundbetjäning samt planering inför och under ett arbetsskift.
* Den studerande gör detta genom att utföra arbetsuppgifter av olika art.

## **Kunnande som poängteras under hela examensdelen**

* God arbetsgemenskap och ansvar
* Hållbar verksamhet (mat, pengar, kläder, shopping, kemikalier, må bra)
* Arbetsplatsens ordning och utseende
* Personlig hygien, arbetskläder och uppförande
* Upprätthållande av arbetsförmågan

**Delmålens innehåll och krav:**

**Tillredning av lunchrätter 18 kp**

* Husmanskost
* Bufféer
* Klassiska rätter
* Sallader
* Pajer
* Tillredningsmetoder
* Ansvar och arbetsplanering i kök och sal, individuellt och i team
* Praktisk fisk-, fågel- och kötthantering/ styckning

**Material:**

Bok: Varm kök och kall kök, Liber 1996, Göran Johannesson, samt övrigt material och recept som läraren delar ut.

**Utrymmen:** Kök, bageri samt teorisalar

## **Innan yrkesprovet**

För att studerande ska få gå upp till yrkesprov ska följande arbetsmoment/arbetsuppgifter/ tenter vara utförda med godkänt resultat (motsvarande minst N1)

* Teoretiskt test i anslutning till metodmatlagning och planering samt godkänt i alla delområden.
* Inlämningsarbete inom vald del av ämnet; tillredningsmetoder, receptprov
* Praktisk test för att säkerställa kunnande inom de olika delområdena
* Husmanskost, bufféer, sallader, pajer ingår i Hjortens luncher
* Klassiska rätter tillreds som övningsmenyer
* Visar under lunchserveringen att du kan samarbeta mellan alla stationer och med salspersonalen
* Fisk, fågel och kötthantering ingår i mice en place dagligen

## **Grunder i bakning 3 kp**

* Jäsdegar
* Limpor
* Surdeg
* Mördeg
* Pajdeg
* Smördeg
* Pate au choux
* Anslag
* Torra kakor
* Småbröd
* Tårtor och bakelser
* Dekorationer
* Desserter

**Material:**

Bok: Varm kök och kall kök, Liber 1996, Göran Johannesson, Samt övrigt material och recept som läraren delar ut.

**Utrymmen:** Bageri, kök och teorisalar

## **Innan yrkesprovet**

För att studerande ska få gå upp till yrkesprov ska följande arbetsmoment/arbetsuppgifter/ tenter vara utförda med godkänt resultat (motsvarande minst N1)

* Teoretiskt test i anslutning till bakningens grunder.
* Inlämningsarbete inom vald del av ämnet
* Praktiska övningar för att säkerställa kunnande inom olika delområden; vetedeg, mördeg, pajdeg, smördeg, pate au choux, anslag, torra kakor, tårtor, bakelser, bakelser, dekorationer och desserter

**Matlagning och råvaror 6 kp**

* Kötthantering
* Fisk och skaldjur
* Fågelhantering
* Ägg
* Teori
* Praktisk hantering och bearbetning
* Fackord

**Material:**

Bok: Varm kök och kall kök, Liber 1996, Göran Johannesson

Livsmedels- och näringskunskap, Liber 2015, Helen Westblom Jonsson, Samt övrigt material och handledningar som läraren delar ut. Studiebesök i arbetslivet.

**Utrymmen:** Teorisalar och kök

## **Innan yrkesprovet**

För att studerande ska få gå upp till yrkesprov ska följande arbetsmoment/arbetsuppgifter/ tenter vara utförda med godkänt resultat (motsvarande minst N1)

* Teoretiskt test i anslutning till kännedomen om de olika delområdena och godkänt i varje delområde. T.ex. styckningsdetaljerna på lamm, gris och nöt
* Inlämningsarbete inom vald del av ämnet
* Praktisk test för att säkerställa kunnande inom olika delområden t.ex. filéa fisk, stycka kyckling
* Styckning av lamm/rådjur/gris
* Hantering av rundfisk och plattfisk, tillredningsmetoder och recept
* Kokning av skaldjur
* Tillredning av olika fåglar t.ex. vaktel, and, anka, fasan
* Gastronomiska termer från a-ö

**Menyer och recept 2 kp**

* Menyer
* Kalkylering i kök - mängdberäkning
* Svinn
* Kostnadsberäkning
* Receptberäkning
* Portionsstorlek
* viktig receptkännedom (obligatoriska recept)
* gastronomisk ordningsföljd

**Material:**

Bok: Varm kök och kall kök, Liber 1996, Göran Johannesson

Livsmedels- och näringskunskap, Liber 2015, Helen Westblom Jonsson, Samt övrigt material och handledningar som läraren delar ut.

**Utrymmen:** Teorisal, datasal och kök

## **Innan yrkesprovet**

För att studerande ska få gå upp till yrkesprov ska följande arbetsmoment/arbetsuppgifter/ tenter vara utförda med godkänt resultat (motsvarande minst N1)

* Teoretiskt test som berör menyplanering med hänsyn till gastronomiska regler, kalkylering och receptkännedom. Godkänt i alla delområden.
* Inlämningsarbete inom menyplanering.
* Praktiska övningar vilket innebär konkret tillämpning av kunskapen som den studerande tillägnat sig under kursen; lunchtillredning på Övningsrestaurang Hjorten och övningsmenyer, samt grund till a la carte lista, supéalternativ, hösterbjudande och cateringar.
* Obligatoriska recept t.ex. grundsåserna, majonnäs, 1-2-3-lag, köttfärsrätter, bearnaisesås, glass, sorbet, hovmästarsås, plättar, gravad lax

**Näringslära 3 kp**

* Kurs 1:

Våra måltider, Energi, Näringsämnenas betydelse i kosten

* Kurs 2:

Näringsämnenas betydelse i kosten fortsättning, matspjälkningen

* Kurs 3:

Näringsrekommendationer, näringsberäkningar, kost för olika grupper

**Material:**

Livsmedels- och näringskunskap, Liber 2015, Helen Westblom Jonsson, Samt övrigt material och handledningar som läraren delar ut.

**Utrymmen:** Teorisal, datasal, kök

## **Innan yrkesprovet**

För att studerande ska få gå upp till yrkesprov ska följande arbetsmoment/arbetsuppgifter/ tenter vara utförda med godkänt resultat (motsvarande minst N1)

* Teoretiskt test avlagt i anslutning till näringsämnenas betydelse i kosten, godkänt i alla delområden
* Inlämningsarbete inom vald del av ämnet
* Praktisk och teoretiskt test vad gäller tillämpningen av de centrala principerna för näringsberäkningar och näringsrekommendationer.
* Mat och religion
* Tillredning/tillämpning av olika dieter på lunchen
* Tallriksmodellen

**Ergonomi 1 kp**

* **Finns det nåt innehåll här??**

**Material:**

Bok eller annat

**Utrymmen:**

## **Innan yrkesprovet**

För att studerande ska få gå upp till yrkesprov ska följande arbetsmoment/arbetsuppgifter/ tenter vara utförda med godkänt resultat (motsvarande minst N1)

* Teoretiskt test förklara vilken
* Inlämningsarbete förklarar
* Praktisk test förklara

**LIA och YP 7 kp**

## **LIA-platsens karaktär**

Restaurangverksamhet, julbords”nisse”, julbord mice en place, runner. Skördefest, skördefest mice en place, Brunch, brunch mice en place, inklusive praktiskt arbete individuellt och i team.

Lia plats är restaurang, matservering eller liknande arbetsplats där examensdelens krav på kunnande kan genomföras och visas i yrkesprov.

**Yrkesprov**

Yrkesprovet utförs i första hand på LIA plats och om det inte är möjligt på övningsrestaurang Hjorten.