



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

# VSTUPNÍ ČÁST

## Název modulu

Příprava pokrmů pro dietní stravování

## Kód modulu

65-m-3/AF45

## Typ vzdělávání

Odborné vzdělávání

## Typ modulu

(odborný) teoreticko–praktický

## Využitelnost vzdělávacího modulu

### Kategorie dosaženého vzdělání

H (EQF úroveň 3)

L0 (EQF úroveň 4)

### Skupiny oborů

65 - Gastronomie, hotelnictví a turismus

### Komplexní úloha

### Profesní kvalifikace

[Kuchař pro přípravu pokrmů dietního stravování](#) (kód: 65-036-M)

### Platnost standardu od

26. 07. 2016

### Obory vzdělání - poznámky

65-51-H/01 Kuchař-číšník

65-41-L/01 Gastronomie

### Délka modulu (počet hodin)

44

### Poznámka k délce modulu

### Platnost modulu od

30. 04. 2020

### Platnost modulu do

### Vstupní předpoklady

Příprava pokrmů pro dietní stravování navazuje na základní znalosti významu léčebné výživy, jednotlivých druhů diet, jejich dělení, základní znaky a význam ve výživě.

# JÁDRO MODULU

## Charakteristika modulu

Modul poskytuje žákům informace o zásadách úpravy pokrmů pro dietní stravování. Žáci se seznámí s příklady vhodných tepelných úprav dietních pokrmů a s příklady energetických hodnot jídel v restauračním stravování.

Po absolvování modulu budou žáci srozuměni s přehledem diet, jež je možné připravovat v provozovnách veřejného stravování.

## Očekávané výsledky učení

Očekávané kompetence ve vazbě na NSK – Kuchař pro přípravu pokrmů dietního stravování (kód: 65-036-M).

Žák:

- Na základě získaných znalostí o léčebné výživě charakterizuje dietní stravu
- Zdůvodní význam dodržování léčebné výživy
- Uvede zdravotní rizika jedince, která mu hrozí při nedodržení diet
- Popíše rozdíl mezi racionálním (zdravým) a dietním stravováním
- Na příkladu uvede rozdíl mezi energetickou hodnotou potraviny a dietního jídla
- Určí vhodné tepelné úpravy pro přípravu diet
- Vyjmenuje alergeny dle platné směrnice
- Zvolí správný přístup pracovníka v gastronomickém provozu při přípravě dietních pokrmů
- Zvolí vhodný technologický postup při přípravě dietního pokrmu
- Dodrží časový limit pro úpravu dietních pokrmů
- Předvede expedici dietního pokrmu

## Kompetence ve vazbě na NSK

Kuchař pro přípravu pokrmů dietního stravování (kód: 65-036-M)

## Obsah vzdělávání (rozpis učiva)

Příprava pokrmů pro dietní stravování:

- Význam léčebné výživy
- Charakteristika dietní stravy
- Rizika nedodržení zásad jednotlivých diet
- Alergeny dle platné legislativy EU (Směrnice 1169/2011)
- Receptury dietního stravování
- Energetická hodnota potravin a dietních pokrmů
- Zásady hygieny při přípravě dietních pokrmů
- Úprava dietních pokrmů vařením v páře
- Úprava pokrmů vařením, pošírováním
- Úprava pokrmů v konvektomatu
- Inventář na přepravu a distribuci diet
- Hygienicko-sanitační činnosti při přípravě diet

## Učební činnosti žáků a strategie výuky

Vhodnou formou výuky je výklad učitele doplněný o prezentace na jednotlivá témata. Výuka probíhá s využitím informačních a komunikačních technologií (dataprojektor, PC) a dalšími pomůckami. K úspěšnému dosažení teoretických znalostí se doporučuje využívat metody slovní, řízené procvičování (kladení vhodných otázek), pravidelné opakování učiva a diskuze. V praktické výuce učitel kombinuje metody názorně demonstrační a praktické.

Žák v rámci teoretické výuky vykonává tyto činnosti:

- Zhodnotí situaci a aplikuje pozitivní vztah k učení a vzdělávání

- Poslouchá mluvené projevy, pořizuje si poznámky
- Uplatňuje různé způsoby práce s textem
- Spolupracuje s ostatními spolužáky
- Pracuje s doporučenou literaturou a zdroji
- Účastní se aktivně diskusí
- Formuluje a obhajuje své názory

Žák v rámci praktické výuky:

- Před zahájením praktických činností se seznámí s pracovištěm a s požadavky na bezpečnost a ochranu zdraví při práci
- Postupuje v souladu s bezpečnostními předpisy
- Pracuje s recepturami dietních pokrmů
- Převezme suroviny zadaného pokrmu
- Šetrně zachází se surovinami
- Ukáže správný technologický postup zadaného dietního pokrmu
- Dodrží stanovený limit pro technologické zpracování surovin
- Prezentuje zhotovený pokrm
- Provede expedici pokrmu

Zařazení do učebního plánu, ročník

- 65-51-H/01 Kuchař-číšník, 3. ročník
- 65-41-L/01 Gastronomie, 4. ročník

## VÝSTUPNÍ ČÁST

Způsob ověřování dosažených výsledků

Pro ověřování dosažených výsledků se v rámci modulu doporučuje zvolit formu ústní, písemnou a praktickou.

V rámci teoretického vyučování je důraz kladen na vědomostní zvládnutí učiva přípravy diet žákem, na znalost dodržení BOZP a hygienu práce. Ověřování probíhá v rámci teoretického vyučování těmito formami:

- Písemné zkoušení probraného učiva
- Ústní zkoušení probraného učiva

Žák v rámci teoretické výuky:

- Charakterizuje význam léčebných diet
- Vyjmenuje možná rizika při nedodržování diet
- Popíše zásady úpravy dietních pokrmů
- Uvede příklady alergenů
- Navrhne tříhodové menu pro určenou dietu

Praktické ověření zvládnutí učiva probíhá v rámci odborného výcviku těmito formami:

- Názorné praktické předvedení přípravy dietních pokrmů
- Ústní ověření

Žák v rámci praktické výuky:

- Předvede normování dietních pokrmů
- Připraví polévku, dietní pokrm a moučník
- Zdůvodní význam šetrného technologického postupu při přípravě pokrmů
- Dodrží stanovený limit přípravy dietních pokrmů
- Provede expedici pokrmů

Kritéria hodnocení

Kritéria hodnocení vycházejí z podkladů pro hodnocení, které učitel získává zejména soustavným sledováním výsledků vzdělávání žáka, jeho připravenosti na vyučování a praktickým předvedením. Učitel u žáka zohledňuje jeho

dosahovanou úroveň a vlastní aktivitu.

Za splněný se považuje modul při dodržení následujících kritérií, kdy žák:

- absolvuje modul s minimálně 70 % řádnou docházkou
- je 2 x ústně zkoušen ze znalostí
- je 2 x písemně ověřen ze znalostí
- prakticky splní zadaný komplexní úkol, přičemž dodrží zásady hygieny a BOZP

Výsledné hodnocení vychází z kombinace výše uvedených forem ověřování znalostí a dovedností u žáka.

Přepočítání mezi procenty a známkou, při plnění zadaných úkolů:

- méně než 35 % známka 5
- správně je alespoň 35 % a méně než 50 % známka 4
- správně je alespoň 50 % a méně než 70 % známka 3
- správně je alespoň 70 % a méně než 85 % známka 2
- správně je alespoň 85 % známka 1

## Doporučená literatura

ŠEBELOVÁ, Marie. *Potraviny a výživa*. Praha: Parta, 2004. ISBN:80-7320-054-6. s. 114

ŘEŠÁTKO, Jaroslav, NODL. Ladislav. *Kuchařská technologie*. Praha: Merkur, 1993. ISBN:80-7032-014-1. s. 283

Seznam alergenů: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=CELEX:32011R1169>

## Poznámky

Doporučené rozložení modulu (8 hodin teoretická část, 34 hodin praktická část modulu).

## Obsahové upřesnění

OV NSK - Odborné vzdělávání ve vztahu k NSK

*Materiál vznikl v rámci projektu Modernizace odborného vzdělávání (MOV), který byl spolufinancován z Evropských strukturálních a investičních fondů a jehož realizaci zajišťoval Národní pedagogický institut České republiky. Autorem materiálu a všech jeho částí, není-li uvedeno jinak, je Františka Vyskovská.*

*[Creative Commons CC BY SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) – Uvedte původ – Zachovejte licenci 4.0 Mezinárodní.*