



| | |
|--|---|
| Naziv programa | Dišeče mojstrovine iz testa |
| Področje | Biotehnika |
| Predlagatelj programa (ime šole in imena pripraviljalcev programa) | Srednja šola za gostinstvo in turizem Celje Cecilija Božnik, Klavdija Košir |
| Kratek opis programa (max. 150 besed) | Udeleženci programa bodo spoznali različne vrste žita (tudi pražita) in moke z namenom osveščanja o vplivu prečiščenih in neprečiščenih ogljikovih hidratov na posameznikovo zdravje. Spoznali bodo sodobne smernice pri pripravi različnih vrst testa in izdelkov iz testa z naravnimi vzhajalnimi sredstvi. Tako bodo pridobili strokovne kompetence s področja tradicionalnih tehnik priprave kruha, pekovskih izdelkov drugih izdelkov iz različnih vrst testa. Spoznali bodo različno hranilno vrednost teh izdelkov in njihov glikemični indeks, kar jim bo v pomoč pri vključevanju teh izdelkov v prehrano posameznih ciljnih skupin (otroci, mladostniki, odrasli, starejši). |
| SPLOŠNI DEL | |
| Utemeljenost (v skladu z razpisom in analizo potreb) | Sodobne smernice zdravega prehranjevanja spodbujajo vključevanje neoluščenih žit (pražit) v prehrano zaradi pozitivnega vpliva na zdravje. S tem prispevamo k zmanjševanju prekomerne telesne teže in nižanju pojavnosti nekaterih kroničnih bolezni (npr. sladkorna bolezen tipa 2, srčne bolezni ipd.), kar je skladno z Resolucijo o nacionalnem programu o prehrani in telesni dejavnosti za zdravje 2015–2025. S tem namenom bodo udeleženci spoznali različne načine priprave kruha, pekovskih izdelkov in drugih izdelkov iz testa, ki temeljijo na tradicionalnih tehnikah priprave (naravna vzhajalna sredstva). Zaposleni bodisi v kuhinjah ustanov z organizirano prehrano ali v kuhinjah različnih gostinskih obratov bodo z novimi/obogatenimi strokovnimi kompetencami pozitivno vplivali na prehrano uporabnikov storitev in posledično prispevali h krepitvi zdravja širše skupnosti. |
| Ciljna skupina (v skladu z razpisom in analizo potreb) | Ciljna skupina so zaposleni, ki želijo izboljšati svoje strokovne kompetence s področja peke kruha in izdelkov iz testa s tradicionalnimi tehnikami priprave, in sicer še posebej: <ul style="list-style-type: none">• zaposleni v kuhinjah ustanov/podjetij z organizirano prehrano,• zaposleni v kuhinjah različnih gostinskih obratov. |



| | | | | |
|---|---|----------------------|-------------------------------------|----------------------------|
| Pogoji za vključitev v program (v skladu z razpisom) | Status zaposlenega, samostojnega podjetnika ali kmeta. | | | |
| Cilji programa (v skladu z razpisom in analizo potreb) | Cilj programa je izboljšanje strokovnih kompetenc kuharskega osebja v različnih ustanovah z organizirano prehrano, gostinskih obratih in drugih zaposlenih na področju zdravega prehranjevanja, in sicer uživanja sestavljenih ogljikovih hidratov s poudarkom na žitu in izdelkih iz žita. Udeleženci bodo spoznali različne vrste žita, moke ter različne tradicionalne tehnike priprave kvašenega, listnatega, kuhanega in drugega testa. Udeleženci bodo spoznali tudi razlike v hranilni vrednosti kruha in pekovskih izdelkov ter njihov glikemični indeks glede na vrsto moke in tehniko priprave. S tem bodo prispevali k bolj zdravemu prehranjevanju posameznih ciljnih skupin ter preprečevanju pojava nekaterih kroničnih bolezni. Z obogatitimi strokovnimi kompetencami se bodo zmanjšala neskladja med usposobljenostjo zaposlenih in smernicami zdravega prehranjevanja ter potrebami uporabnikov storitev. | | | |
| Obseg programa (skupno št. ur) | 50 | | | |
| Oblika dela | Kontaktne ure | *On line delo | Samostojno delo | Drugo (navedite) |
| Teoretični del (št. ur) | | 16 | | |
| Praktični del (št. ur) | 30 | 4 | | |
| Način evidentiranja (lista prisotnosti, podpisana izjava – izdelek, storitev ...) | lista prisotnosti | | | |
| *Oblika on line dela | Video konferenca | Spletna učilnica | Drugi načini digitalne komunikacije | Samostojno delo |
| Število ur | 20 | | | |
| Način evidentiranja (posnetek video konference, zajem zaslonske slike, elektronski izpis spletne učilnice, lista | | | | |



| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| prisotnosti, e-mail komunikacija...) | | | | |
| Pogoji za končanje programa | 80% prisotnost v programu, priprava izdelka. | | | |
| POSEBNI DEL | | | | |
| Vsebine programa | <ul style="list-style-type: none"> • Različne vrste žita (tudi pražita) in moke. • Hranilne vrednosti kruha in pekovskih izdelkov ter izdelkov iz drugih vrst testa in njihov glikemični indeks. • Tradicionalne tehnike priprave različnih vrst testa (poudarek na naravnih vzhajalnih sredstvih). • Priprava kruha ter slanih in sladkih pekovskih izdelkov s tradicionalnimi tehnikami. • Priprava slanih in sladkih izdelkov iz listnatega testa po sodobnih recepturah. • Priprava drobnega peciva iz različnih vrst testa. • Priprava izdelkov iz kuhanega testa. • Varstvo pri delu, HACCP ter priprava delovnega prostora. • Organizacija dela v kuhinji. | | | |
| Kompetence, pridobljene s programom | <p>Udeleženec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • pozna različne vrste žita in moke, njihovo hranilno vrednost in glikemični indeks • pozna tradicionalne tehnike priprave testa z naravnimi vzhajalnimi sredstvi • zna pripraviti kruh in pekovsko pecivo z različnimi tradicionalnimi tehnikami • zna pripraviti sladke in slane izdelke iz različnih vrst testa • pozna pravilno pripravo delovnega prostora in organizacijo dela v kuhinji | | | |
| Spretnosti, pridobljene s programom | <p>Udeleženec:</p> <ul style="list-style-type: none"> • upošteva tradicionalne tehnike priprave testa in pekovskih izdelkov glede na različne vrste moke • primerja posamezne vrste izdelkov iz testa glede na različne tehnike priprave, hranilno vrednost in glikemični indeks • presodi primernost različnih izdelkov iz testa za posamezne ciljne skupine • uporabi različne tradicionalne tehnike pri pripravi kruha in pekovskih izdelkov • pozna in uporabi recepture za izdelke iz različnih vrst testa | | | |



| | | | |
|--|--|--|--|
| Splošne kompetence, dopolnjene s programom | Udeleženeec: <ul style="list-style-type: none"> • se vseživljenjsko izobražuje in izpopolnjuje • je motiviran za uvajanje tradicionalnih tehnik priprave kruha in drugih izdelkov iz testa v delovni proces • sodeluje v timu in se prilagaja naravi dela • upošteva varstvo pri delu in varuje okolje • upošteva sistem HACCP | | |
| Organizacija izobraževanja | Vsebinski sklop | Čas trajanja | **Oblika dela |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Spoznavanje različnih vrst žita in moke ter njihove hranilne vrednosti in glikemični indeks. • Predstavitev in demonstracija tradicionalnih tehnik priprave testa. • Priprava kruha na tradicionalen način (droži, naravna fermentirana voda, kvas). • Priprava slanih kvašenih izdelkov na tradicionalen način. • Priprava sladkih kvašenih izdelkov na tradicionalen način. • Priprava slanih in sladkih izdelkov iz listnatega testa po tradicionalnih recepturah. | <p>2 uri</p> <p>4 ure</p> <p>7 ur 5 ur</p> <p>1 ura 5 ur</p> <p>1 ura 5 ur</p> <p>1 ura 5 ur</p> | <p>videokonferenca</p> <p>videokonferenca</p> <p>videokonferenca kontaktne ure</p> <p>videokonferenca kontaktne ure</p> <p>videokonferenca kontaktne ure</p> |



| | | | |
|---|--|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Priprava drobnega peciva iz različnih vrst testa. • Priprava izdelkov iz kuhanega testa po različnih recepturah. • Organizacija dela in HACCP. | <p>1 ura 5 ur</p> <p>1 ura 5 ur</p> <p>2 uri</p> | <p>videokonferenca kontaktne ure</p> <p>videokonferenca kontaktne ure</p> <p>videokonferenca</p> |
| | Naloge posredovane udeležencem | | Predviden časovni okvir |
| **Spletna učilnica | | | |
| **Drugi načini digitalne komunikacije | | | |
| **Samostojno delo | | | |
| Izobrazba in kompetence izvajalca(ev) programa (stopnja in smer izobrazbe) | <ul style="list-style-type: none"> • višješolska strokovna izobrazba gostinske smeri • srednja strokovna izobrazba gostinske smeri in 5-letne delovne izkušnje s področju gostinstva | | |

| Program | Datum | Odobril | Zavrnil – Opombe |
|---------------------|-----------|---------|------------------|
| Programski odbor | 23.2.2021 | DA | |
| Svet zavoda potrdil | 5.3.2021 | DA | |