

Schulinterner Stoffplan

Diätköchin / Diätkoch
2010 / 2011



BK1-Semestertafel Diätköchinnen / Diätköche

Sem: 1

Ernährung:

- Anatomie
- Energie und Nährstoffbedarf
- Kohlenhydrate / Nahrungsfasern
- Lipide
- Proteine

- Vitamine, Sek. Pflanzenstoffe
- Wasser, Mineralstoffe
- Schadstoffe, Alkohol
- Ernährung bei Jugendlichen
- Ernährung bei Erwachsenen

Diätetik:

- Konsistenzdefinierte Kost
- Diabetes
- Magen-, Darm-, Leber-, Galle-, Pankreas - Erkrankungen

- Essstörungen (Adipositas/BingeEating Disorder)
- Essstörungen (Jojo-Effekt)
- Essstörungen (Anorexie / Bulimie)
- Vollwert-, Vegetarische Ernährung

Wirtschaftlichkeit, Betriebsorganisation und Qualitätssicherung:

- Begriffe der Wirtschaftlichkeit
- Warenkosten
- Betriebskosten
- Personalkosten

Speziallebensmittel und Zusatzstoffe:

- Einsatz von Speziallebensmittel
- Zusammensetzung von Speziallebensmittel
- Anwendung von Speziallebensmittel

Nährwertberechnung, Rezepte und Menüs:

- Einsatz von Nährwerttabellen
- Berechnungen bei Diabetes
- Berechnungen-MDLGP-Erkrankungen
- Berechnungen bei Essstörungen

Betriebsformen und Speiseverteilungssysteme, Produktionsformen und Servicearten:

- Unterschiedliche Betriebsformen
- Bestellungssysteme
- Anrichte-, und Ausgabenarten
- Servicearten

Informations- und Kommunikationsmittel:

- Arbeits- und Kommunikationsprozesse
- Internetrecherchen
- Rezeptanalysen mit Software
- Nährwertanalysen mit Software

Überbetriebliche Kurse organisiert und durchgeführt durch den Kochverband

- Tag 1
- Konsistenzdefinierte Kostformen (Flüssig, Turmix, weiche und feine Kost, Stopfkost, Aufbau)
 - Umgang und Einsatz von Speziallebensmitteln
 - Alternative Kostformen: Biologische Wertigkeit, Vollwert

- Tag 2
- Kostformen bei Maldigestion und Malabsorption
 - Kostformen bei gastroenterologischen Erkrankungen
 - Hypoenergetische Ernährung
 - Ernährung bei Diabetes

BK1-Semestertafel Diätköchinnen / Diätköche

Sem: 2

Ernährung:

- Ernährung beim Säugling/Kleinkind
- Schwangerschaft / Stillzeit
- Ernährung im Alter

- Sporternährung
- Repetitionen / QVF-Vorbereitungen

Diätetik:

- Pädiatrie (CF, Kuhmilcheiweissunverträglichkeit)
- Pädiatrie (Fructoseintoleranz, PKU)
- MDLGP-Erkrankungen
- Nierenerkrankungen
- Ernährung bei Krebs / Aids / HIV+

- Herz- Kreislauf-Erkrankungen / Hypertonie
- Mangelernährung
- Gicht
- Lebensmittelunverträglichkeiten
- Repetitionen / QVF-Vorbereitungen

Wirtschaftlichkeit, Betriebsorganisation und Qualitätssicherung:

- Betriebsrechnung
- Ressourceneinsatz

- Repetitionen / QVF-Vorbereitungen

Speziallebensmittel und Zusatzstoffe:

- Definition von Speziallebensmittel
- Eigenschaften von Speziallebensmittel
- Einsatz von Speziallebensmittel

- Repetitionen / QVF-Vorbereitungen

Nährwertberechnung, Rezepte und Menüs:

- Berechnungen bei Nierenerkrankungen
- Berechnungen bei Herz-Kreislaufferkrankungen

- Berechnungen bei Gesunder Ernährung
- Berechnungen Zweier Kostformen
- Repetitionen / QVF-Vorbereitungen

Betriebsformen und Speiseverteilungssysteme, Produktionsformen und Servicearten:

- Produktionsformen
- Speiseverteilungssysteme
- Anrichtearten

- Ausgabenarten
- Servicearten
- Repetitionen / QVF-Vorbereitungen

Informations- und Kommunikationsmittel:

- Kommunikationsprozesse (Küche - Diätküche, Diätküche - Ernährungsberatung)
- Präsentation

- Repetitionen / QVF-Vorbereitungen

Überbetriebliche Kurse organisiert und durchgeführt durch den Kochverband

- Tag 3
- Kostformen bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen
 - Kostformen bei angeborenen Stoffwechsel-Erkrankungen
 - Kostformen bei Allergien und Lebensmittelintoleranzen
 - Ernährung für Schwerkranke

- Tag 4
- Purinarmer Kost
 - Kostformen bei Nieren-Erkrankungen
 - Präsentation der Schlussarbeit über ein Thema aus Kurs 1-3

Lektionenplan Diätköchin / Diätkoch

1. Semester



Fach	L	Thema	Schultage																	Leistungsziele Berufsschule Zürich		
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17		18	19
Ernährung	2	Anatomie: Definition, Zelle																				Schematischen Aufbau und Funktionen einer Zelle erklären
	2	Anatomie: Zellverbände, Organsys.																				Gewebe, Muskulatur, Knochenaufbau erklären
	2	Anatomie: Verdauungsapparat																				Die an der Verdauung beteiligten Organe beschreiben und deren Funktion kennen
	2	Anatomie: Verdauungsapparat																				Physiologische Bedeutung, speziell im Hinblick auf den Verdauungsprozess erklären
	2	Anatomie: Hormone, Enzy.																				Funktionen der Hormone und Enzyme beschreiben
	1	Energie und Nährstoffbedarf																				Aufbau der Mikro- & Makronährstoffe sowie deren Energiegehalt kennen
	2	Kohlenhydrate / Nahrungsfasern																				Zusammensetzung, Vorkommen und Stellenwert der Kohlenhydrate erklären
	2	Lipide																				Zusammensetzung, Vorkommen und Stellenwert der Lipide erklären
	2	Proteine																				Zusammensetzung, Vorkommen und Stellenwert der Proteine erklären
	2	Vitamine, Sek. Pflanzenstoffe																				Zusammensetzung, Vorkommen und Stellenwert der Vitamine & Sek. erklären
	2	Wasser, Mineralstoffe																				Zusammensetzung, Vorkommen und Stellenwert der Mineralstoffe erklären
	2	Schadstoffe, Alkohol																				Problematik der Schadstoffe und des Alkohols in der Ernährung kennen
	2	Ernährung bei Jugendlichen																				Ernährungsprinzip für Jugendliche kennen und anwenden
	2	Ernährung bei Erwachsenen																				Ernährungsprinzip für Erwachsene kennen und anwenden
	2	Ernährung bei Erwachsenen																				Ernährungsprinzip für Erwachsene kennen und anwenden
4	Reserve / Üben / Anwenden / Prüfen																				Leistungsziele erreichen und überprüfen	
35 Lektionen Total																						
Diätetik	2	Konsistenzdefinierte Kost (Weich, Fein)																				Einsatz sowie Definition von Weich, fein geschnittener Kost erklären
	2	Konsistenzdefinierte Kost (Weich, Fein)																				In Menüplanung integrieren können
	2	Konsistenzdefinierte Kost (Gemixt)																				Einsatz sowie Definition von gemixter Kost erklären
	2	Konsistenzdefinierte Kost (Gemixt)																				In Menüplanung integrieren können
	2	Konsistenzdefinierte Kost (Flüssig)																				Einsatz sowie Definition von flüssiger Kost erklären und im Menü integrieren können
	2	Konsistenzdefinierte Kost (Reiz&Säurearm)																				Einsatz sowie Definition von reiz- & säurearmer Kost erklären und integrieren können
	2	Diabetes																				Auslösende Faktoren und Symptome der Zuckerkrankheit kennen
	2	Diabetes																				Definitionen der verschiedenen Typen & Spätfolgen durch Ernährungsfehler kennen
	2	Diabetes																				Folgen der Resorptionsinsuffizienz & Anwendung von Antidiabetika kennen
	2	Diabetes																				Einwirkung von Zuckerarten auf Blutzuckerspiegel kennen, allgemeine Insulintherapie beschreiben
	2	Diabetes																				Behandlungsgrundlagen und Auswirkungen beschreiben können
	2	Diabetes																				Behandlungsgrundlagen und Auswirkungen beschreiben können
	2	Diabetes																				Behandlungsgrundlagen und Auswirkungen beschreiben können
	2	Diabetes																				Behandlungsgrundlagen und Auswirkungen beschreiben können
	2	Diabetes																				Grundlagen der ET kennen und begründen können
	2	Diabetes																				Grundlagen der ET kennen und begründen können
	2	Diabetes																				Unterschied quantitativer, semi-quantitativer und qualitativer ET kennen, E-Plan anwenden und begründen
	2	Diabetes																				NM analysieren und beurteilen können
	2	MDLGP-Erkrankungen																				Grundsätze der LVK erklären und Ableitungen vorschlagen können
	2	MDLGP-Erkrankungen																				Grundsätze der LVK erklären und Ableitungen vorschlagen können
	2	MDLGP-Erkrankungen																				Kostaufbau/Soor/Mandelentzündung
	2	MDLGP-Erkrankungen																				Mandelentfernung/Reflux Oesophagitis (Sodbrennen)
	2	MDLGP-Erkrankungen																				Künstliche Ernährungformen unterscheiden
	2	MDLGP-Erkrankungen																				Gastritis (Magenentzündung),
	2	MDLGP-Erkrankungen																				Krankheitsbilder von (Ulcus ventriculi (Magengeschwür))
	2	MDLGP-Erkrankungen																				Dumping Syndrom (Magensturzentleerung), MCT
	2	MDLGP-Erkrankungen																				Glutenfreie Ernährung und ET in die Praxis umsetzen können
	2	MDLGP-Erkrankungen																				Lactosefreie & Lactosearme Ernährung und ET in die Praxis umsetzen können
	1	MDLGP-Erkrankungen																				Gastroenteritis
	2	MDLGP-Erkrankungen																				Verstopfung / Durchfall
	1	MDLGP-Erkrankungen																				Hämorrhoiden
	2	MDLGP-Erkrankungen																				Divertikel/Divertikulitis
	1	MDLGP-Erkrankungen																				Dickdarmentzündung
	2	MDLGP-Erkrankungen																				Morbus Crohn
	2	MDLGP-Erkrankungen																				Krankheitsbilder von Hepatomegalie (Fettleber)
2	MDLGP-Erkrankungen																				Leberzirrhose (Leberschrumpfung), Hepatitis (Leberentzündung), Gallensteine,	
2	Essstörungen (Adipositas/BingeEating Disorder)																				Ursachen, Definition und Auswirkungen kennen, mögl. Behandlungsformen vorschlagen	
2	Essstörungen (JoJo-Effekt)																				Ursachen, Definition und Auswirkungen kennen, Massnahmen vorschlagen	
3	Essstörungen (Anorexie / Bulimie)																				Ursachen, Definition und Auswirkungen kennen, mögl. Behandlungsformen vorschlagen	
2	Vollwert-, Vegetarische Ernährung																				Grundformen unterscheiden und praxisnah umsetzen können	
7	Reserve / Üben / Anwenden / Prüfen																				Leistungsziele erreichen und überprüfen	
85 Lektionen Total																						
Nährwertberechnungen	2	Einsatz von Nährwerttabellen																				Nährwerttabellen lesen und interpretieren
	2	Berechnungen bei Diabetes																				Tagesverpflegungspläne bei Diabetes berechnen
	2	Berechnungen bei Diabetes																				Tagesverpflegungspläne bei Diabetes berechnen
	2	Berechnungen bei Diabetes																				Tagesverpflegungspläne bei Diabetes berechnen
	2	Berechnungen bei Diabetes																				Tagesverpflegungspläne bei Diabetes berechnen
	2	Berechnungen-MDLGP-Erkrankungen																				Tagesverpflegungspläne bei MDLGP-Erkrankungen berechnen
	2	Berechnungen-MDLGP-Erkrankungen																				Tagesverpflegungspläne bei MDLGP-Erkrankungen berechnen
	2	Berechnungen-MDLGP-Erkrankungen																				Tagesverpflegungspläne bei MDLGP-Erkrankungen berechnen
	2	Berechnungen bei Essstörungen																				Tagesverpflegungspläne bei Essstörungen berechnen
1	Berechnungen bei Essstörungen																				Tagesverpflegungspläne bei Essstörungen berechnen	
1	Reserve / Üben / Anwenden / Prüfen																				Leistungsziele erreichen und überprüfen	
18 Lektionen Total																						
Betriebsformen Speiserverteilungen	2	Unterschiedliche Betriebsformen																				Unterschiedliche Betriebsformen aufzeigen und erklären
	2	Bestellungssysteme																				Vor- und Nachteile unterschiedlicher Bestellungssysteme beschreiben
	2	Anrichte-, und Ausgabearten																				Unterschiedliche Anrichte- und Ausgabearten aufzeigen und erklären
	2	Servicearten																				Warme und kalte Linie von Servicearten beschreiben und erklären
	1	Reserve / Üben / Anwenden / Prüfen																				Leistungsziele erreichen und überprüfen
9 Total Lektionen																						
Inf. & Kom.	2	Rezeptanalysen mit Software																				Nährstoffberechnungen durchführen und Rezepte, Gerichte analysieren
	2	Nährwertanalysen mit Software																				Tagesverpflegungspläne erfassen und berechnen
	1	Reserve / Üben / Anwenden / Prüfen																				Leistungsziele erreichen und überprüfen
5 Total Lektionen																						
Wirt.	2	Begriffe der Wirtschaftlichkeit																				Definitionen kennen
	2	Waren-, Betriebs-, Personalkosten																				Einfache Rechnungen anwenden
	1	Reserve / Üben / Anwenden / Prüfen																				Leistungsziele erreichen und überprüfen
5 Total Lektionen																						
Diverses	1	Berufsschule / Berufskunde																				Begrüssung, Unterrichtsfächer vorstellen, Räumlichkeiten der Schule besichtigen
	1	Administratives																				Schulordnung, Zimmerordnung, Schulmaterial verteilen, Ordnerführung.
	1	Gegenseitiges Kennen lernen																				Privates und geschäftliches Umfeld, Berufsmotivation, Erwartung an den Unterricht.
	1	Zeugnisbesprechung																				Standortbestimmung, Ziele und Fördermassnahmen für nächstes Semester aufzeigen
4 Total Lektionen																						

Fach	L	Thema	Schultage																	Leistungsziele Berufsschule Zürich				
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17		18	19	20	
Ernährung	2	Anatomie: Kreislaufapparat																					Organe & Gefässe, die das Herz-Kreislaufsystem bilden kennen und Funk. beschreiben	
	2	Anatomie: Harnapparat																					Aufbau und Funktion der Nieren kennen und Funktion erklären	
	2	Anatomie: Harnapparat																					Funktionen der Hormone und Enzyme beschreiben	
	1	Ernährung beim Säugling/Kleinkind																					Ernährungsprinzip des Säuglings und Kleinkind kennen und anwenden	
	2	Schwangerschaft / Stillzeit																					Ernährungsprinzip während der Schwangerschaft und Stillzeit kennen und anwenden	
	2	Ernährung im Alter																						Ernährungsprinzip für ältere Menschen kennen und anwenden
	2	Ernährung im Alter																						Ernährungsprinzip für Sportler kennen und anwenden
	2	Sporternährung																						Ernährungsprinzip für ältere Menschen kennen und anwenden
	4	Reserve / Üben / Anwenden / Prüfen																						Leistungsziele erreichen und überprüfen
	19 Lektionen Total																							
Diätetik	2	Pädiatrie (CF)																					Ursachen und Folgen beschreiben, ET beschreiben und umsetzen können	
	2	Pädiatrie (Kuhmilcheiweissunverträglichkeit)																					Ursachen und Folgen beschreiben, ET beschreiben und umsetzen können	
	2	Pädiatrie (Galactosämie, Fructoseintoleranz)																					Ursachen und Folgen beschreiben, ET beschreiben und umsetzen können	
	1	Pädiatrie (PKU)																					Ursachen und Folgen beschreiben, ET beschreiben und umsetzen können	
	2	MDLGP-Erkrankungen																					Akute und chronische Pankreatitis (Bauchspeicheldrüsenentzündung) kennen und ET vorschlagen	
	2	Nierenerkrankungen																					Ursachen, Risiken und Folgen von Nierenerkrankungen ableiten können	
	2	Nierenerkrankungen																					Ursachen, Risiken und Folgen von Nierenerkrankungen ableiten können	
	2	Nierenerkrankungen																					Häufigsten Erkrankungen und deren Hauptmerkmale der Niere kennen	
	2	Nierenerkrankungen																					Dialyseverfahren (CAPD und Hämodialyse) unterscheiden können und der ET anpassen	
	2	Nierenerkrankungen																					ET der kaliumdefinierten Kostform (max. 2,5 g) erklären können	
	2	Nierenerkrankungen																					ET der kaliumdefinierten Kostform (max. 2,5 g) erklären können	
	2	Nierenerkrankungen																					ET der natriumdefinierten Kostform (4-6g NaCl) erklären können	
	2	Nierenerkrankungen																					ET der phosphordefinierten Kostform (max. 1,2 - 1,5 g) erklären können	
	2	Nierenerkrankungen																					ET der proteindefinierten Kostform (50 - 80 g / 0,8 - 1g/kg/KG) erklären können	
	2	Nierenerkrankungen																					ET der flüssigkeitsdefinierten Kostform (max. 1,2 l ohne Getränke) erklären können	
	2	Nierenerkrankungen																					ET bei Calcium/Oxalat-Steinen beschreiben können	
	2	Nierenerkrankungen																						
	2	Nieren (Dialysebesichtigung)																						Ablauf der Hämodialyse beschreiben können
	2	Herz- Kreislauf-Erkrankungen																						Ursachen, Risiken und Folgen der Herz-Kreislaferkrankungen beschreiben können
	2	Herz- Kreislauf-Erkrankungen																						Ursachen, Risiken und Folgen der Herz-Kreislaferkrankungen beschreiben können
	2	Herz- Kreislauf-Erkrankungen																						Allgemeine Ernährungsrichtlinien aufgrund der Folgen bemessen
	2	Herz- Kreislauf-Erkrankungen																						Ernährung bei erhöhtem Cholesterol interpretieren können
	2	Herz- Kreislauf-Erkrankungen																						Ernährung bei erhöhten TG interpretieren können
	2	Herz- Kreislauf-Erkrankungen																						Ernährungsrichtlinien nach Herzinfarkt interpretieren können
	2	Herz- Kreislauf-Erkrankungen																						Mediterrane Kostform umsetzen, NM analysieren und beurteilen können
	2	Hypertonie																						Ursachen, Definition und Risiken der Hypertonie kennen, ET vorschlagen können
	2	Hypertonie																						Ernährung der natriumdefinierten Kostformen (2 - 3 g und 4 -6g NaCl) unterscheiden
	2	Mangelernährung																						Formen der Mangelernährung kennen, ET kreieren und umsetzen können
	2	Mangelernährung																						Formen der Mangelernährung kennen, ET kreieren und umsetzen können
	2	Gicht																						Ursachen und Folgen der Gichterkrankung kennen
	2	Gicht																						ET beschreiben und umsetzen können
	2	Lebensmittelallergien																						Häufigsten Nahrungsmittelallergien nach LMV kennen
	2	Lebensmittelallergien																						Folgen bei Ernährungsfehlern wiedergeben können
2	Lebensmittelallergien																						Ernährungsprinzipien bei den häufigen NM-Allergien bemessen können	
2	Aids / HIV+																						Ernährungstherapien dem Krankheitsverlauf anpassen können	
4	Reserve / Üben / Anwenden / Prüfen																						Leistungsziele erreichen und überprüfen	
73 Lektionen Total																								
Nährwertberechnungen	2	Berechnungen bei Nierenerkrankungen																					Tagesverpflegungspläne bei Nierenerkrankungen berechnen	
	2	Berechnungen bei Nierenerkrankungen																					Tagesverpflegungspläne bei Nierenerkrankungen berechnen	
	2	Berechnungen bei Nierenerkrankungen																					Tagesverpflegungspläne bei Nierenerkrankungen berechnen	
	2	Ber. bei Herz-Kreislaferkrankungen																					Tagesverpflegungspläne bei Herz-Kreislaferkrankungen	
	2	Ber. bei Herz-Kreislaferkrankungen																					Tagesverpflegungspläne bei Herz-Kreislaferkrankungen	
	2	Ber. bei Gesunder Ernährung																						Tagesverpflegungspläne bei einer Gesunden Ernährung berechnen
	2	Ber. bei Gesunder Ernährung																						Tagesverpflegungspläne bei einer Gesunden Ernährung berechnen
	2	Ber. Zweier Kostformen																						Tagesverpflegungspläne mit mehreren Kostformen berechnen (z.B. Diabetes und LVK)
	2	Ber. Zweier Kostformen																						Tagesverpflegungspläne mit mehreren Kostformen berechnen
	1	Reserve / Üben / Anwenden / Prüfen																						Leistungsziele erreichen und überprüfen
19 Lektionen Total																								
Betriebsformen	2	Produktionsformen																					Unterschiedliche Betriebsformen aufzeigen und erklären	
	1	Produktionsformen																					Vor- und Nachteile unterschiedlicher Bestellsysteme beschreiben	
	2	Speisenverteilungssysteme																						
	2	Speisenverteilungssysteme																					Warme und kalte Linie von Servicearten beschreiben und erklären	
	2	Antichtarten																						
	2	Ausgabenarten																					Unterschiedliche Anrichte- und Ausgabearten aufzeigen und erklären	
	2	Servicearten																						
	4	Besuch einer Küche																						
1	Reserve / Üben / Anwenden / Prüfen																						Leistungsziele erreichen und überprüfen	
18 Total Lektionen																								
Wirt.	1	Betriebsrechnung																					Einfache Betriebsrechnung aufzeigen	
	2	Betriebsrechnung																					Einfache Betriebsrechnung erklären	
	2	Ressourceneinsatz																					Optimale Resourceplanung aufzeigen	
	2	Ressourceneinsatz																					Optimale Resourceplanung aufzeigen	
	1	Reserve / Üben / Anwenden / Prüfen																						Leistungsziele erreichen und überprüfen
8 Total Lektionen																								
Speziallebensmittel	2	Definition von Speziallebensmittel																					Wirkungsweise und Eigenschaft von Speziallebensmittel verstehen	
	2	Eigenschaften von Speziallebensmittel																					Deklariationspflicht erklären	
	2	Einsatz von Speziallebensmittel																					Bedarfsgerechter Einsatz von Speziallebensmittel aufzeigen	
	2	Einsatz von Speziallebensmittel																					Bedarfsgerechter Einsatz von Speziallebensmittel aufzeigen	
	1	Reserve / Üben / Anwenden / Prüfen																						
9 Total Lektionen																								
Inf. & Kom.	1	Kommunikationsprozess																					Arbeits- & Kommunikationsprozesse verstehen und aufzeigen	
	2	Präsentation																					Präsentationstechniken einsetzen	
	1	Reserve / Üben / Anwenden / Prüfen																					Leistungsziele erreichen und überprüfen	
	4	Total Lektionen																						
Diverses	1	Semestereröffnung																					Ziele für 2. Semester festlegen, Material verteilen, Telefonalarm kontrollieren	
	8	Exkursion, Abschluss																						
	1	Zeugnis- & Austrittsbesprechung																					Standortbestimmung, Zukunftsperspektiven aufzeigen	
10 Total Lektionen																								
160 Semesterlektionen																								