

Semester-Unterrichtsinhalte Koch Zusatzlehre Semester: 1

Allg. Berufsschule Zürich, Heinrichstrasse 240, 8090 Zürich

Tel. 044-355 50 60, Tel. Hausmeister: 044-355 50 71

- Ernährung:**
- Anforderungen einer gesunden Ernährung
 - Nährstoffe allgemein
 - **Zellen und Körpersysteme (Selbststudium)**
 - Geruchs- u. Geschmacksstoffe/Sensorik
 - Energiebedarf/Energiebilanz/BMI
 - Fotosynthese
 - Fette - Speiseöl, Speisefette (LK)
 - Verzeichnis der E-Nummern/Allergene
- Betrieb:**
- **Kochberuf/Berufliche Grundbildung**
 - **Betriebsarten/ Betriebsorganisation**
 - Küchenbrigade
 - Küchenorganisation/Planung
 - Sicherheit am Arbeitsplatz
 - Wärme und Kälte in der Küche/Gastro Norm
 - **Aufbewahrungsgrundsätze für LM**
 - **Informatik/Ergonomie/Produktionsplanung**
 - Küchenmaschinen
 - Mikrobiologische Grundlagen/Hygiene/GHP
- Lebensmittel:**
- Produktion/Anbau/Label von Lebensmitteln
 - Einkauf/Kontrolle/Lagerung von LM
 - Getreidearten/Reis
 - Getreide- und Mahlprodukte/Brot
 - Milch/Milchprodukte/Käse
 - **Eier (Selbststudium)**
 - Kräuter/Blüten/Gewürze
 - Salze/Essig/Senf/Würzsaucen
- Kochen:**
- Einleitung
 - Lebensmittelkonservierung
 - Kochtechnik/Wasser
 - Einführung Garmethoden
 - Aromatisierungs- und Würzkomponenten
 - **Marinaden (Selbststudium)**
 - **Bindemittel (Selbststudium)**
 - **Buttermischungen (Selbststudium)**
- Speisenangebot:**
- Noch keine Menükunde
- Fachrechnen:**
- Standortbestimmung
 - Rechengrundlagen (Teilbereiche aus S. 1 – 13)
 - Darstellungsregeln
 - Informatik in der Küche/Fach-Glossar
 - Brutto / Abgang / Netto, Einführung (S. 14 – 22)
- Diverses:**
- **Herbstferien:** Mo 05.10. 2009 - So 17.10. 2009
 - **Kantonale Lehrerkonferenz:** Do 26. Nov. 2009
 - **Weihnachtsferien:** Mo 14.12. 2009 - So 03.01. 2010
 - **Sportferien:** Mo 08.02. 2010 - So 21.02. 2010

Semester-Unterrichtsinhalte Koch Zusatzlehre Semester: 2

Allg. Berufsschule Zürich, Heinrichstrasse 240, 8090 Zürich

Tel. 044-355 50 60, Tel. Hausmeister: 044-355 50 71

- Ernährung:**
- Mineralstoffe
 - Vitamine
 - Proteine
 - Kohlenhydrate
 - Wasser (Selbststudium)
 - Bioaktive Substanzen (Selbststudium)
 - Nährwerttabelle
 - Nährwertberechnungen
- Betrieb:**
- keine Betriebskunde
- Lebensmittel:**
- Hülsenfrüchte (Selbststudium)
 - Gemüse
 - Kartoffeln siehe KK
 - Fische
 - Krustentiere, Weichtiere, Stachelhäuter
- Kochen:**
- Fonds (Sem. Auftrag)
 - Suppen (davon National- und Spezialsuppen, Kalte Suppen) (Selbststudium)
 - Saucen
 - Gemüsegerichte
 - Kartoffelgerichte
 - Fischgerichte
 - Krusten- und Weichtiergerichte
- Speisenangebot:**
- keine Menükunde
- Fachrechnen:**
- Informatik in der Küche
 - Übungsaufgaben zu Brutto / Abgang / Netto (S. 23 – 29)
 - Ermitteln von Warenkosten (S. 30 – 41)
- Diverses:**
- **Besuchswoche:** Woche 11
 - **Frühlingsferien:** Mo. 26.04. 2010 bis So. 9.05. 2010
 - **Auffahrt:** Do. 13. Mai 2010
 - **Exkursionswoche:** Woche 28 (muss nicht Schultag sein) oder ausserhalb der Schulzeit (letzter Schultag Mittagessen)
 - **Sommerferien:** Mo. 19.07. 2010 bis So. 22.08. 2010
 - **LAP mündlich:** Mo. 14.06 2010 bis Sa. 19.06. 2010
 - **Exkursion nach Absprache (vor letztem Schultag)**

Semester-Unterrichtsinhalte Koch Zusatzlehre Semester: 3

Allg. Berufsschule Zürich, Heinrichstrasse 240, 8090 Zürich

Tel. 044-355 50 60, Tel. Hausmeister: 044-355 50 71

- Ernährung:**
- Enzyme / Fermente, Hormone
 - Stoffwechsel / Verdauung
 - Säuren - Basen - Gleichgewicht (Selbststudium)
 - Besondere Kostformen
- Betrieb:**
- Kälte in der Küche (Selbststudium)
 - Funktion der Kälteanlage (Selbststudium)
 - Küchenfachausdrücke, Werkzeuge, Küchenutensilien (Selbststudium Repetition)
- Lebensmittel:**
- Schlachtfleisch
 - Mastgeflügel (Selbststudium)
 - Haarwild und Federwild (Selbststudium)
 - Pilze (Selbststudium)
 - Convenience Food (Selbststudium)
- Kochen:**
- Gerichte von Schlachtfleisch
 - Gerichte von Geflügel und Wild
 - Gerichte aus Getreideprodukten
 - Warme Vorspeisen
 - Teige, Biskuitmassen
 - Cremen, Saucen, Glasuren
 - Kalte Süssspeisen
 - Warme Süssspeisen
 - Gefrorene Süssspeisen
- Speisenangebot:**
- Menü- und Speisenplanung
 - Menü- und Speisekarten
 - Gestalten und einführen der Karten
 - Deutsche Menürechtschreibung
 - Klassische Speisefolge
 - Verkürzte, moderne Speisefolge
 - Mahlzeitenarten / Menütypen
 - Bankettplanung
 - Verkauf & Service (Regeln) (Selbststudium)
 - Servicearten & Serviceabläufe (Selbstst.)
- Fachrechnen:**
- Informatik in der Küche
 - Übungsaufgaben zu Warenkostenberechnungen
 - Preisberechnung (Kalkulation)/Kalkulationsbegriffe (ab S. 42)
 - Berechnen von Kostengrössen
 - Berechnungen zur Verbrauchskontrolle
 - Kalkulation von Gerichten und Menüs
- Diverses:**
- Herbstferien: Mo 05.10. 2009 - So 17.10. 2009
 - Kantonale Lehrerkonferenz: Do (Termin noch offen)
 - Weihnachtsferien: Mo 14.12. 2009 - So 03.01. 2010
 - Sportferien: Mo 08.02. 2010 - So 21.02. 2010

- Ernährung:**
- Schadstoffe
 - Repetitionen
 - Vorbereitung auf die LAP
- Betrieb:**
- Lebensmittelgesetzgebung
 - Hygienekonzept
 - HACCP
 - Berufliche Aus- und Weiterbildung
 - Repetitionen
 - Vorbereitung auf die LAP
- Lebensmittel:**
- Obst und Obsterzeugnisse
 - Repetitionen
 - Vorbereitung auf die LAP
 - Zucker, Süsstoffe, Honig (Selbststudium)
 - Konditoreihalbfabrikate (Selbststudium)
 - Kakao, Schokolade (Selbststudium)
- Kochen:**
- Kalte Küche
 - Nationalgerichte (Schweiz und International)
 - Repetitionen
 - Vorbereitung auf die LAP
- Speisenangebot:**
- Repetitionen
 - Vorbereitung auf die LAP
- Fachrechnen:**
- Übungsaufgaben zu Kalkulation von Gerichten und Menüs
 - Repetitionen
 - Vorbereitung auf die LAP
- Diverses:**
- **Besuchswoche:** Woche 11
 - **Frühlingsferien:** Mo. 26.04. 2010 bis So. 9.05. 2010
 - **Letzter Schultag:** Woche 23 in der Woche der schriftlichen Prüfung gemäss Aufgebot www.lap.ch
 - **LAP-Praktisch:** Fr. 11. Juni 2010
 - **LAP-Schriftlich:** Mo. 14.06 2010 bis Sa. 19.06. 2010
 - **LAP mündlich**
 - **Exkursion nach Absprache (vor letztem Schultag)**