



# Schulinterner Lehrplan Köchin EFZ /Koch EFZ (verkürzte Lehre)

## Übersicht

1. Lehrjahr

2. Lehrjahr

### Erstes Semester

- Grundlagen
- Umweltschutz
- Proteine
- Fisch, Krusten- & Weichtiere
- Speisenfolge
- Speisefette & -öle
- Eier & Eiprodukte
- Milch & Milchprodukte
- Gemüse & Hülsenfrüchte
- Gesunde Ernährung
- Energie & nicht E-haltige Stoffe
- Englisch
- Kalkulation

### Drittes Semester

- Pilze
- Zusatzstoffe & Schadstoffe
- Kräuter, Gewürze & Würzmittel
- Wild
- Backwerk & Cremesüssspeisen
- Glaces, Moussen & Massen
- Lebensmittelgesetz
- Schokolade & Couverture
- Angebotsplanung & Produktion
- Betriebstypen & Konzept
- Getreide & Getreidegerichte
- Brot & Teiggerichte
- Speisenangebot
- Kartoffeln
- Fachsprache Englisch
- Kalkulation

### Zweites Semester

- Schlachtfleisch
- Besondere Kostformen
- Fehlernährung & Diätetik
- Geflügel
- Verdauung / Stoffwechsel
- Kohlenhydrate
- Nationalgerichte
- Gestaltung & Verkaufshilfen
- Aufbauorganisation
- Betrieb
- Fachsprache Englisch
- Kalkulation
- Exkursion

### Viertes Semester

- Nahtstellen
- Weiterbildung
- Info QV
- Projektstage
- Obst & Obstsüssspeisen
- Abschlussstag



## 1. Semester Themen

|                                  |   |
|----------------------------------|---|
| Grundlagen                       | ** Spielregeln, Lern- und Leistungsdokumentation, Arbeitssicherheit, Erste Hilfe, Hygiene, Mikroorganismen, Konservierungsarten, Garprozesse-Temperatur-Kochgeschirr, Warenannahme, Lagergrundsätze   |
| Umweltschutz                     | ** Erschöpfliche Ressourcen, Umweltverschmutzung, Abfallrecycling, Schadstoffe  |
| Proteine                         | ** Einteilung / Herkunft, Aufbau, Aufgaben, Bedarf, Proteinverdauung, Küchentechnische Eigenschaften > Fischfarcen und deren Verwendung   |
| Fisch, Krusten- & Weichtiere     | ** Herkunft, Gruppierung, Nährwert, Fangmethoden (Labels Fisch), Einkauf, Annahme, Qualitätsmerkmale, Lagerung, Konservierungsarten, Vorbereitungs- und Schnittarten, rohe, marinierte, geräuchte Fischgerichte, Fischfond, Fischkraftbrühe, Fisch- und Krustentiercremesuppen, Bouillabaisse, Englisch, Pochieren, Dämpfen, Sautieren, Frittieren, Grillieren, spezielle Garmethoden |
| Speisenfolge                     | ** Klassische Speisenfolge / moderne Speisenfolge, Mahlzeitenarten, Menüs   |
| Speisefette & -öle               | ** Herkunft, Gruppierung, Einkauf, Annahme, Lagerung, Fettaufbau, Aufgaben in der Ernährung, Bedarf, Fettverdauung, Küchentechnische Eigenschaften > Sensorik, Ölsauchen  |
| Eier & Eiprodukte                | ** Einkauf, Inhaltsstoffe, Qualitätsmerkmale, Lagerung, Eiergerichte, Teige > Pfannkuchen   |
| Milch & Milchprodukte            | ** Produktion, Sorten, Gruppierung, Inhaltsstoffe, Lagerung, Käseplatte > Sensorik, Cremesauce, Buttersaucen, warme Käsegerichte, geriebener Teig   |
| Gemüse & Hülsenfrüchte           | ** Anbaumethoden, Label, Inhaltsstoffe, Gruppen und Arten, Qualitätsmerkmale, Schnittarten, Gemüsefond, Aromatisierungs- und Würzkomponenten, Salate, Ölsauchen und Salatsaucen, Gemüsesuppen, Kochtechniken Gemüse   |
| Gesunde Ernährung                | ** Gesundheit, Nährstoffbedarf, EL Pyramide, nährstoffschonende Vor- und Zubereitung  |
| Energie & nicht E-haltige Stoffe | ** Photosynthese, Energie liefernde Nährstoffe, Energie- und Nährstoffbedarf, Energiebilanz, Vitamine, Mineralstoffe, Wasser, sekundäre Pflanzenstoffe  |
| Englisch                         | ** Eigenes Berufsumfeld   |
| Kalkulation                      | ** Aufbau Berechnung von Verkaufspreisen  |



## 2. Semester Themen

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| Schlachtfleisch             | •• Herkunft, Gruppierung, Einkauf, Labels, Annahme, Lagerung, Qualitätsmerkmale, Fleischreifung, Rind, Kalb, Schwein, Lamm > Schnittarten, Bindegewebeanteil, Pökelwaren, Marinaden, Grundfonds, Fleischsuppen, Englisch, Terrinen, Pasteten, Moussen, Aspik / kalte Fleischvorspeisen, Trockene & Feuchte Koctechneken Saucen, Spezialsaucen |
| Besondere Kostformen        | •• Vollwerternährung, vegetarische Kost, mediterrane Kost, Ernährung im Alter   |
| Fehlernährung & Diätetik    | •• Diabetes, Ernährung bei Übergewicht, Ernährung bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen   |
| Geflügel                    | •• Herkunft, Gruppierung, Einkauf, Labels, Warenannahme, Lagerung, Qualitätsmerkmale, Koctechneken für Geflügel, Galantine, weisse Saucen   |
| Verdauung / Stoffwechsel    | •• Verdauungsorgane, Verdauung, Stoffwechsel  |
| Kohlenhydrate               | •• Vorkommen, Einteilung, Zuckerarten (Einfach- und Zweifachzucker), Zuckersorten, Honig, Süssmittel und Süsstoff, Aufgaben und Tagesbedarf, Nahrungsfasern, Eigenschaften und küchentechnische Bedeutung, Verdauung Kohlenhydrate  |
| Nationalgerichte            | •• Nationalgerichte, Mitarbeiterinstruktionen   |
| Gestaltung & Verkaufshilfen | •• Menü- und Speisenplanung, wichtigste Rechtschreiberegeln, Menü- und Speisekartengestaltung   |
| Aufbauorganisation          | •• Beherbergungsbetriebe, Restaurationsbetriebe, Betriebsorganisation, Nahtstellen, Küchenorganisation, Küchenräume und -einrichtung, Küchenbrigade (Arbeitsfunktionen), Berufsethik  |
| Betrieb                     | •• Energieformen, Energieersparnis, Küchengeräte-Apparate-Maschinen, Reinigung, Kontrollblätter, Kontrolltätigkeiten  |
| Fachsprache Englisch        | •• Tätigkeiten beim Kochen  |
| Kalkulation                 | •• Berechnen von Verlusten, Brutto-Abgang-Netto   |
| Exkursion                   | •• Teamförderung  |



### 3. Semester Themen

|                               |  |
|-------------------------------|--|
| Pilze                         | ** Einkauf, Herkunft, Gruppierung, Annahme, Lagerung, Pilzarten und Pilzsorten, Vorbereitungsarbeiten, Konservierung, Kochtechniken (Verknüpfung mit Gemüse), Pilzgerichte   |
| Zusatzstoffe & Schadstoffe    | ** Allergene, Bioaktive Substanzen, Zusatzstoffe und Schadstoffe   |
| Kräuter, Gewürze & Würzmittel | ** Verwendung von Kräutern & Gewürzen "Küchenpraxis", Salz, Essig, Senf, Würzsaucen, Konservierungsarten für Kräuter   |
| Wild                          | ** Einkauf, Hygiene, Herkunft, Gruppierung, Lagerung, Benennung Fleischstücke, Kpchtechniken für Wild, Wildgerichte, Konservierung für Wild, Marinaden   |
| Backwerk & Cremesüssspeisen   | ** Biskuit kalt & warm, Schwarzwälder, Quarktorten, Charlotten, Cremeschnitten, Wähen mit & ohne Guss, Buttermassen mit und ohne Gupf, süsse Buttermenge > Konfekt   |
| Glaces, Moussen & Massen      | ** Cremeglacé und Ableitungen, Mousse mit Eiern, Rahmgefrorenes, Schneemassen, Mousse mit Fruchtmark und -saft, Schaumgefrorenes, Hüppmassen, Gratinmassen   |
| Lebensmittelgesetz            | ** HACCP, Lebensmittel- und Gebrauchsgegenständeverordnung (LGV)   |
| Schokolade & Couverture       | ** Herkunft, Verarbeitung, Konditoreihilfabrikate, Schokoladensauce, Ganache, Herstellung von Truffes mit Hohlkugeln, Pralinen, Zusatzverkäufe   |
| Angebotsplanung & Produktion  | ** Angebotsplanung, Bankettmenüs, Spezialanlässe, Produktionsablaufplanung, Einsatzplanung   |
| Betriebstypen & Konzept       | ** Leitbild, Betriebstypen, Betriebskonzepte   |
| Getreide & Getreidegerichte   | ** Herkunft, Gruppierung, Inhaltsstoffe, Lagerung, Mahlprodukte > Getreidesuppen & Getreidecremesuppen, Reisgerichte, Mais- und Griessgerichte, Vollkorngerichte, Spätzli, Gnocchis, Gewichte und Volumen                            |
| Brot & Teiggerichte           | ** Einkauf, Sorten, Aufbewahrung, Übersicht Teiglockerungsmittel > Hefeteig > Brotherstellung, Brioches, Pizzen, Industrieteigwaren, Nudelteig > einfache & gefüllte Teigwaren, Blätterteig > Pastetchen, Krapfen, Kissen, Schnitten |
| Speisenangebot                | ** Kombinierbarkeit im Menü  |
| Kartoffeln                    | ** Gruppierung, Inhaltsstoffe, Einkauf (CF), Lagerung, Qualitätsmerkmale, Schnittarten, Kartoffelgerichte (inkl. Kartoffelhocken), Brandteig > Dauphinemasse, frittierte Krapfen, Fritteuse  |
| Fachsprache Englisch          | ** Erste einfache Gespräche mit Gästen   |
| Kalkulation                   | ** Warenkosten berechnen   |

### 4. Semester Themen

|                        |   |
|------------------------|---|
| Nahtstellen            | ** Nahtstellenproblematik, Informationsflüsse, Serviceabläufe   |
| Weiterbildung          | ** Besuch eines Weiterbildungsinstitutes (Hotelfachschule, BMS,...), Lebenlanges lernen, Karriereplanung  |
| Info QV                | ** Info QV-Ablauf, Gerichte- und Speisenplanung, Organisation der Arbeit, Englisch-Prüfung, Bewertungsprotokolle, Kalkulation, Erstellen von Zeitplänen und Mise en place Listen, Probeläufe  |
| Projekttag             | ** Angebotsplanung, Einsatzpläne, Serviceabläufe, Kundengespräche in Deutsch und Englisch, Gerichte-kalkulation, Richtlinien Buffetplanung, Hygiene, EKAS, Sicherheit, Ablauf, Einsatz-/Materialplanung, Transport/Verteilung, Ökologie, Entsorgung, spez. Kostformen, Band, Speisenverteilungssysteme, Arbeitssicherheit, Ergonomie        |
| Obst & Obstsüssspeisen | ** Inhaltsstoffe, Einkaufsgrundsätze, Gruppierung, Qualitätsmerkmale, Lagerung, Schnittarten, Konservierungsarten, Einteilung Süßspeisen, Fruchtsaucen & -salat, Cremes mit Milchprodukten & Früchten, Fruchtglacé, Sorbet, Backteig > Frittierte Früchtekrapfen, Strudelteig > Fruchtestrudel, Pochierte Cremes, Bayr. Creme, Kühlianlagen |
| Abschlussstag          | ** Klassenspezifisches Gestalten  |