



Schulinterner Lehrplan Köchin EFZ / Koch EFZ

Übersicht

1. Lehrjahr

Erstes Semester

- Grundlagen
- Gemüse
- Hulsenfrüchte
- Eier & Eiprodukte
- Milch & Milchprodukte
- Aufbauorganisation
- Gesunde Ernährung
- Energie & nicht E-haltige Stoffe
- Salate
- Werkstatt-Tag

2. Lehrjahr

Drittes Semester

- Umweltschutz
- Verdauung / Stoffwechsel
- Proteine
- Fisch, Krusten- & Weichtiere
- Speisenfolge
- Speisefette & -öle
- Fachsprache Englisch
- Kalkulation
- Fischseminar
- Werkstatt-Tag

3. Lehrjahr

Fünftes Semester

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

Zweites Semester

- Betrieb
- Kohlenhydrate
- Getreide & Getreidegerichte
- Brot & Teiggerichte
- Speisenangebot
- Kartoffeln
- Obst & Obstsüssspeisen
- Werkstatt-Tag
- Exkursion

Viertes Semester

- Schlachtfleisch
- Besondere Kostformen
- Fehlernährung & Diätetik
- Geflügel
- Nationalgerichte
- Gestaltung & Verkaufshilfen
- Fachsprache Englisch
- Kalkulation
- Werkstatt-Tag

Sechstes Semester

- Nahtstellen
- Weiterbildung
- Info QV
- Projektstage wie z.B.
 - QB-Praktisch
 - Seminarhotel
 - Buffetmahlzeiten
 - Outside Catering
 - Spital/Heim
- Fachsprache Englisch
- Kalkulation
- Abschlussstag



1. Semester Themen

Grundlagen	•• Spielregeln, Lern- und Leistungsdokumentation, Arbeitssicherheit, Hygiene, Mikroorganismen, Konservierungsarten, Rezeptumrechnungen, Garprozesse-Temperatur-Kochgeschirr, Warenannahme, Lagergrundsätze
Gemüse	•• Anbaumethoden / Label, Inhaltsstoffe, Einkaufsgrundsätze, Qualitätsmerkmale, Lagerungsgrundsätze, Vorbereitung, Schnittarten, Aromatisierungs- und Würzkomponenten, Gemüsefond, Gemüsecreme- & -püreesuppen, Gemüsesuppen, Tomaten- & Püreesaucen, Kalte & warme Gemüsegerichte
Hülsenfrüchte	•• Kalte & warme Hülsenfrüchtegerichte, Hülsenfrüchte- und -pürees
Eier & Eiprodukte	•• Einkauf, Inhaltsstoffe, Qualitätsmerkmale, Lagerung, Eiergerichte, Teige > Pfannkuchen
Milch & Milchprodukte	•• Produktion, Sorten, Gruppierung, Inhaltsstoffe, Lagerung, Käseplatte > Sensorik, Cremesauce, Buttersaucen, warme Käsegerichte, geriebener Teig
Aufbauorganisation	•• Beherbergungsbetriebe, Restaurationsbetriebe, Betriebsorganisation, Nahtstellen, Küchenorganisation, Küchenräume und -einrichtung, Küchenbrigade (Arbeitsfunktionen), Berufsethik
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
Salate	•• Blatt-, Gemüse- und Hülsenfrüchtesalate, Salatsaucen
Werkstatt-Tag	•• Milch & Milchprodukte

2. Semester Themen

Betrieb	•• Energieformen, Energieersparnis, Küchengeräte-Apparate-Maschinen, Reinigung, Kontrollblätter, Kontrolltätigkeiten
Kohlenhydrate	•• Vorkommen, Einteilung, Zuckerarten (Einfach- und Zweifachzucker), Zuckersorten, Honig, Süßmittel und Süsstoff, Aufgaben und Tagesbedarf, Nahrungsfasern, Eigenschaften und küchentechnische Bedeutung, Verdauung Kohlenhydrate
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, Brioche, Pizzen, Industrieteigwaren, Nudelteig > einfache & gefüllte Teigwaren, Blätterteig > Pastetchen, Krapfen, Kissen, Schnittchen
Speisenangebot	•• Kombinierbarkeit im Menü
Kartoffeln	•• Gruppierung, Inhaltsstoffe, Einkauf (CF), Lagerung, Qualitätsmerkmale, Schnittarten, Kartoffelgerichte (inkl. Kartoffelnocken), Brandteig > Dauphinemasse, frittierte Krapfen, Fritteuse
Obst & Obstsüssspeisen	•• Inhaltsstoffe, Einkaufsgrundsätze, Gruppierung, Qualitätsmerkmale, Lagerung, Schnittarten, Konservierungsarten, Einteilung Süßspeisen, Fruchtsaucen & -salat, Cremes mit Milchprodukten & Früchten, Fruchtglace, Sorbet, Backteig > Frittierte Früchtekrapfen, Strudelteig > Früchtestrudel, Pochierte Cremes, Bayr. Creme, Kühlanlagen
Werkstatt-Tag	•• Phänomene in der Küche
Exkursion	•• Teamförderung



3. Semester Themen

Umweltschutz	•• Erschöpfliche Ressourcen, Umweltverschmutzung, Abfallrecycling, Schadstoffe
Verdauung / Stoffwechsel	•• Verdauungsorgane, Verdauung, Stoffwechsel
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, Ölsaucen
Englisch	•• Eigenes Berufsumfeld
Kalkulation	•• Aufbau Berechnung von Verkaufspreisen
Fischseminar	•• Besuch bei einem Fischhändler
Werkstatt-Tag	•• Alles über Konservierung, Kräuter und Gewürze

4. Semester Themen

Schlachtfleisch	•• Herkunft, Gruppierung, Einkauf, Labels, Annahme, Lagerung, Qualitätsmerkmale, Fleischreifung, Rind, Kalb, Schwein, Lamm > Schnittarten, Bindegewebeanteil, Pökelfleisch, Marinaden, Grundfonds, Fleischsuppen, Englisch, Terrinen, Pasteten, Moussen, Aspik / kalte Fleischvorspeisen, Trockene & Feuchte Koctechneiken 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, Koctechneiken für Geflügel, Galantine, weisse Saucen
Nationalgerichte	•• Nationalgerichte, Mitarbeiterinstruktionen
Gestaltung & Verkaufshilfen	•• Menü- und Speisenplanung, wichtigste Rechtschreiberegeln, Menü- und Speisekartengestaltung
Fachsprache Englisch	•• Tätigkeiten beim Kochen
Kalkulation	•• Berechnen von Verlusten, Brutto-Abgang-Netto
Werkstatt-Tag	•• Sensorik
Exkursion	•• Teamförderung



5. 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, Kpchtchniken 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	•• Cremeglace 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, Konditoreihalfabrikate, Schokoladensauce, Ganache, Herstellung von Truffes mit Hohlkugeln, Pralinen, Zusatzverkäufe
Angebotsplanung & Produktion	•• Angebotsplanung, Bankettmenüs, Spezialanlässe, Produktionsablaufplanung, Einsatzplanung
Betriebstypen & Konzept	•• Leitbild, Betriebstypen, Betriebskonzepte
Fachsprache Englisch	•• Erste einfache Gespräche mit Gästen
Kalkulation	•• Warenkosten berechnen

6. 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, Gerichtekalkulation, Richtlinien Buffetplanung, Hygiene, EKAS, Sicherheit, Ablauf, Einsatz-/Materialplanung, Transport/Verteilung, Ökologie, Entsorgung, spez. Kostformen, Band, Speisenverteilungssysteme, Arbeitssicherheit, Ergonomie
Abschlussstag	•• Klassenspezifisches Gestalten