Kostråd og diæter

Fag: De 7 kostråd anvendt i professionelle køkkener

Fagnummer: 20799	**Varighed** 2 dage
AMU-pris: DKK 436,00	**Uden for målgruppe:** DKK 1.678,30

Målgruppe: Kurset er for medarbejdere, som har arbejdserfaring med professionel madfremstilling i køkkener (store som små), caféer, kantiner, institutioner og lignende - og som ønsker at arbejde specifikt med de officielle kostråds anbefalinger til mad, som er klimavenlig, ernæringsrigtig og sund.

Beskrivelse: Du opnår viden, som gør dig i stand til at:
At forklare om de 7 kostråd i forhold til at spise varieret, ernæringsrigtigt og klimavenligt
At forklare om planlægning af måltider, så de lever op til officielle kostråd inden for normalkost
At formidle om de officielle anbefalinger til målgrupper som måltidsvært

Du opnår færdighed i:
At planlægge af måltider, som lever op til officielle kostråd indenfor normalkost
At sammensætte og tilberede velsmagende måltider, som lever op til de 7 kostråd
At anrette og præsentere retter, så brugerne får en god sensorisk oplevelse

Fag: Grundlæggende ernæring og sundhed

Fagnummer: 20889	**Varighed** 5 dage
AMU-pris: DKK 1.090,00	**Uden for målgruppe:** DKK 3.805,75

Målgruppe: Kurset retter sig mod ikke faglærte, som arbejder med professionel forplejning i offentlige og private køkkener.

Beskrivelse: Du opnår viden, som gør dig i stand til:
At redegøre for principperne for sunde kostvaner ud fra viden om madens optagelse og funktion i kroppen, samt viden om fysisk aktivitet og sundhed.
At redegøre for forekomsten af energigivende stoffer, vitaminer og mineraler i udvalgte fødevarer.

På baggrund af denne viden opnår du færdighed i:
At tilberede og anrette enkle, sunde måltider.

Kontakt

Find kontakt via hjemmesiden

Kursuspris

AMU:
DKK 4,00

Uden for målgruppe:
DKK 4,00

Tilmelding

Fag: Diæter ved allergi og fødevareintolerance

Fagnummer: 20888	**Varighed** 2 dage
AMU-pris: DKK 436,00	**Uden for målgruppe:** DKK 1.678,30

Målgruppe: Kurset retter sig mod faglærte og ikke faglærte, som arbejder med professionel forplejning i offentlige og private køkkener. Ikke faglærte bør inden kurset have opnået færdigheder svarende til kurserne: "20867 Måltidsplanlægning og tilberedning: Småtspisende 1" og "20868 Planlægning og tilberedning af måltider til børn."

Beskrivelse: Du opnår viden, som gør dig i stand til:
At redegøre for, hvordan man anvender specialprodukter i forhold til at undgå et givent allergen.
At redegøre for anvendelsen af faktablade og varedeklarationer for anvendte halv- og helfabrikata i udarbejdelsen af deklarationer på de enkelte retter. Og her med særlig fokus på: Cøliaki (gluten-intolerance), mælkeallergi og laktoseintolerance.
På baggrund af denne viden opnår du færdighed i:
At anvende specialprodukter i forhold til at undgå et givent allergen.

Fag: Diæter ved velfærdssygdomme

Fagnummer: 20887	**Varighed** 3 dage
AMU-pris: DKK 654,00	**Uden for målgruppe:** DKK 2.387,45

Målgruppe: Kurset retter sig mod faglærte, som arbejder med professionel forplejning i offentlige og private køkkener.

Beskrivelse: Du opnår viden, som gør dig i stand til:
At redegøre for diætprincipper og fødevarerestriktioner i forhold til en given diæt, med fokus på diabetes, hjertekarsygdomme og energireduceret kost.
På baggrund af denne viden opnår du færdighed i:
At anvende diætprincipper og fødevarerestriktioner i forhold til en given diæt, med fokus på diabetes, hjertekarsygdomme og energireduceret kost.