

KATALOG ZNANJA

1. IME PREDMETA

KULINARIKA ZA VITALNOST (KZV)

2. SPLOŠNI CILJI

Splošni cilj predmeta je:

- poglobljanje strokovnih znanj o alternativnih oblikah prehrane,
- upoštevanje načel zdrave prehrane pri planiranju in izvedbi obrokov,
- uporabljanje kuharskih tehnik, ki dvigajo prehransko vrednost jedi,
- vključevanje alternativnih oblik prehrane v različne oblike gostinske ponudbe,
- vključevanje različnih oblik vegetarijanske prehrane v ponudbo,

3. PREDMETNO-SPECIFIČNE KOMPETENCE

V predmetu si študenti poleg generičnih pridobijo naslednje kompetence:

- planiranje obrokov in priprava jedi po načelih zdrave prehrane,
- priprava jedi nekaterih alternativnih kuhinj s poudarkom na vključevanju lokalnih živil,
- izbiranje ustreznih dobaviteljev ekoloških pridelkov ter drugih živil ustrezne kakovosti (varovalna živila in živila višje kakovosti).

4. OPERATIVNI CILJI

INFORMATIVNI CILJI	FORMATIVNI CILJI
<i>Študent:</i>	<i>Študent:</i>
<ul style="list-style-type: none">• pozna wellness kot zdrav način življenja; razume pomen prehrane v integralnem produktu wellnessa ter za zdravo življenje;	<ul style="list-style-type: none">• zna zagovarjati načela zdrave prehrane in argumentirati njihov pomen• uporablja ustrezno terminologijo;
<ul style="list-style-type: none">• seznanjeni se z razlikami med tradicionalno in alternativno pridelavo hrane;• pozna principe zdrave prehrane, vitalne kuhinje, priprave jedi po ekoloških načelih;	<ul style="list-style-type: none">• izbira živila ustreznega izvora in kakovosti glede na program dela,• uporablja eksotična živila• spremlja ponudbo na trgu alternativnih živil in izbira najugodnejše ponudnike;
<ul style="list-style-type: none">• seznanjeni se s posebnostmi priprave hrane za različne diete.	<ul style="list-style-type: none">• pripravlja jedi po načelih ayurveda;• pripravlja jedi po makrobiotičnem načelu;• pripravlja jedi po ločevalne diete;• pripravlja jedi različnih oblik vegetarijanske prehrane;• pripravlja diete po predpisanih recepturah;• pripravlja jedi po ekoloških zahtevah;• harmonično dopolnjuje ponudbo jedi z ustreznimi pijačami;• vključuje v ponudbo zelišča, zdravilne rastline in nekultivirane rastline;
<ul style="list-style-type: none">• seznanjeni se s posebnostmi planiranja prehrane za različne tipe gostov	<ul style="list-style-type: none">• planira obroke glede na različne socialne skupine (starejši, otroci, mladostniki ipd.);
<ul style="list-style-type: none">• seznanjeni se z načeli planiranja varovalne prehrane.	<ul style="list-style-type: none">• planira različne obroke hrane po načelih varovalne prehrane.

5. OBVEZNOSTI ŠTUDENTOV IN POSEBNOSTI V IZVEDBI

Število kontaktnih ur: 48 (24 ur predavanj, 24 ur vaj)

Število ur samostojnega dela: 62 (40 ur študija literature, primerov; 22 ur izdelave projektne naloge).

Obveznosti študenta so:

- obvezna prisotnost na vajah – 80%,
- izdelek z zagovorom,
- pisni izpit.