

# TÜRI ÜHISGÜMNAASIUM

## VALIKKURSUS „KULINAARIA“

### Õppe- ja kasvatuseesmärgid:

- omandada teadmised toiduainete kulinaarsest töötlemisest;
- omandada teadmised inimese toitumisvajadusest;
- omandada ainealased põhiterminid;
- õppida tundma toiduportsjoni koostamise põhimõtteid;
- saada ülevaade toiduainete kvaliteedist, keemilisest koostisest;
- omandada teadmised toiduainete säilitamise nõuetest, realiseerimisaegadest.

### Õppesisu

- 1) Toitumine .
- 2) Lisaained toidus .
- 3) Toiduainete säilitamise viisid.
- 4) Toitumine kodus ja väljaspool kodu.
- 5) Töövahendid köögis.
- 6) Toidu valmistamine retseptide järgi
- 7) Laua katmine-etikett.

### Õpitulemused:

#### Kursuse lõpul õpilane teab:

- ohutusnõudeid köögis töötamiseks;
- tunneb erinevaid töövahendeid köögis;
- tervisliku toitumise põhitõdesid;
- mitmekülgse toiduvaliku tähtsust oma tervisele;
- teab toiduainete kulinaarse töötlemise viise;
- teab toidu valmistamisel toimuvaid muutusi ning oskab neid teadmisi rakendada;
- tunneb maitseaineid ja roogade maitsestamise võimalusi;

#### Kursuse lõpul õpilane oskab:

- käituda köögis;

- järgida ohutusnõudeid köögis;
- kasutada erinevaid töövahendeid toiduvalmistamisel;
- valmistada retsepti kasutades erinevaid kuumi ja külmi roogi;
- kalkuleerida toidu maksumuse;
- kujundada ja katta esteetiliselt tähtpäevalauda;
- kasutab ainealast kirjandust ja tunneb ainealast terminoloogiat