

SODOBNA PRIPRAVA HRANE

RAZRED: 7. ali 8. r

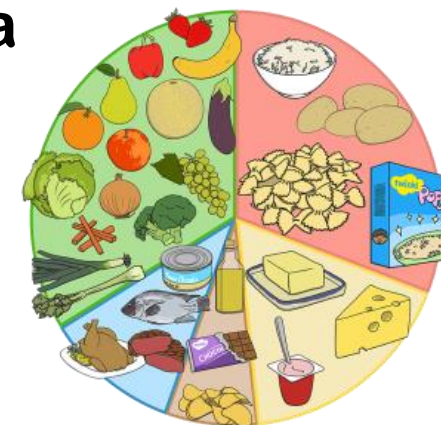
Enoletni predmet –obiskuješ ga lahko ali v 7. ali v 8. r.

Obseg ur: 35 ur (2 ali 3 ure / 14 dni)



SPOZNAL/A BOŠ:

- **HRANILNE SNOVI** (ogljikovi hidrati, beljakovine, maščobe, vitamini in minerali, voda),
- **ZDRAVO PREHRANO** (prehranska piramida, postopki priprave zdrave hrane),
- **SESTAVO OBROKA** (predjedi, juhe, zakuhe, solate, glavne jedi, priloge, sladice),
- **RITEM PREHRANJEVANJA IN PREHRANSKE NAVADE** (zajtrk, malica, kosilo, večerja, spremljanje dnevnih obrokov in analiza prehranskih navad),
- **KAKOVOST ŽIVIL IN JEDI** (varna hrana, zastrupitve s hrano, ocenjevanje kakovosti živil in jedi).



PRAKTIČNO DELO OBSEGA:

- pripravo, kuhanje in pečenje hrane,
- pripravo sestavin za kuhanje,
- pripravo in dekoracijo mize za različne priložnosti,
- razporejeno delo (pri praktičnem delu ne moremo vsi vsega hkrati početi),
- bonton pri mizi,
- osebno higieno pri pripravi hrane.





Bistvo tega predmeta je praktično delo, zato je v ocenjevanje vključeno tudi sodelovanje pri predmetu, odnos do dela, spretnosti in veščine in upoštevanje varnosti in čistoče pri delu v kuhinji.

