

## ESF VAHENDITEST RAHASTATAVA TÄISKASVANUTE TÄIENDUSKOOLITUSE ÕPPEKAVA

### 1. Üldandmed

Õppeasutus:	Võrumaa Kutsehariduskeskus
Õppekava nimetus: ( <i>venekeelsetel kursustel nii eesti kui vene keeles</i> ):	Arvutipõhine menüüde ja kalkulatsioonide koostamine ning kaloraaži arvutamine
Õppekavarühm: ( <i>täiendus- koolituse standardi järgi</i> )	Majutamine ja toitlustamine
Õppekeel:	Eesti keel

### 2. Koolituse sihtgrupp ja õpiväljundid

**Sihtrühm ja selle kirjeldus ning õppe alustamise nõuded.** *Ära märkida milliste erialaasuste, haridustaseme või vanusegrupi inimestele koolitus on mõeldud ning milline on optimaalne grupi suurus; ära tuua kas ja millised on nõuded õpingute alustamiseks.*

**Sihtrühm:**

Koolitus on mõeldud abikokkadele, kokkadele, majandusala juhatajatele või toitlustusjuhtidele, kes puutuvad oma igapäevatoos kokku menüüde koostamise, toodete omahindade ja müügihindade kujundamisega.

**Grupi suurus:** 12 inimest

**Õppe alustamise nõuded:** Valdkonnas töötamine.

**Õpiväljundid.** *Õpiväljundid kirjeldatakse kompetentsidena, mis täpsustavad, millised teadmised, oskused ja hoiakud peab õppija omandama õppeprotsessi lõpuks.*

Koolituse lõpuks õppija:

- Oskab menüüid koostada lähtuvalt kliendirühmast ja ettevõtte äriideest;
- Oskab kujundada oma- ja müügihinda, arvestades kaonormide ja kuludega töötlemisel;
- Oskab koostada tehnoloogilisi kaarte ning arvutab kaloraaži arvutis.

**Õpiväljundite seos kutsestandardi või tasemeõppe õppekavaga.** *Tuua ära vastav kutsestandard ning numbriline viide konkreetsetele kompetentsidele, mida saavutatakse.*

Kutsestandardist kokk, tase 4– B.2.3 Menüü koostamine

Tegevusnäitajad:

1. koostab erinevat tüüpi menüüid, lähtudes ettevõtte eripärast ja sihtrühmast ning arvestades õigusaktide nõudeid ja riiklikult heakskiidetud toitumise ja toidusoovitusi;
2. koostab ja kohandab menüüid lasteaialastele, koolilastele, vanuritele, lähtudes õigusaktidest ja arvestades kliendi ealisi iseärasusi; koostab ja kohandab menüüid, arvestades enimlevinud toidutalumatusi (sh laktoosi- ja gluteenitalumatus) ja toiduallergiaid; koostab taimetoidumenüü, sh veganmenüü;
3. arvutab toitude toitainelise koostise ja toiteväärtuse, lähtudes retseptist ja kasutades toitude keemilise koostise andmebaasi ja sellele hinnangu andmine, arvestades õigusaktide nõudeid ja riiklikult heakskiidetud toitumise ja toidusoovitusi;

4. koostab tooraine- ja hinnakalkulatsioonid; arvutab tooraine vajaduse ja toidu omahinna, lähtudes juhendist;  
5. vormistab tehnoloogilisi kaarte, lähtudes juhendist.

**Põhjus.** *Tuua põhjus koolituse sihtrühma ja õpiväljundite valiku osas.*

Toitlustusettevõtetes töötab väga palju kokkasid ja köögitöölisi, ka lasteaedades majandusjuhatajaid, kelle tööülesandeks on menüüde ja kalkulatsioonide koostamise ning kellel puudub erialane haridus ja nad vajavad täienduskoolitust. Eriti arvutis kalkulatsioonide koostamise alal.

### 3. Koolituse maht

<b>Koolituse kogumaht</b> akadeemilistes tundides:	
Kontaktõppe maht akadeemilistes tundides:	<b>26</b>
sh auditoorse töö maht akadeemilistes tundides: (õpe loengu, seminari või muus vormis)	<b>8</b>
sh praktilise töö maht akadeemilistes tundides: (õpitud teadmiste ja oskuste rakendamine õppekeskkonnas)	<b>18</b>
Koolitaja poolt tagasisidestatava iseseisva töö maht akadeemilistes tundides:	<b>0</b>

### 4. Koolituse sisu ja õppekeskkonna kirjeldus ning lõpetamise nõuded

**Õppe sisu ja õppekeskkonna kirjeldus.** *Tuua peamised teemad ja alateemad sh eristada auditoorne ja praktiline osa. Esitada õppekeskkonna lühikirjeldus, mis on õpiväljundite saavutamiseks olemas. Loetleda kursuse kohustuslikud õppematerjalid (nt õpikud vmt) kui need on olemas. Kui õppijalt nõutakse mingeid isiklikke õppevahendeid, tuua ka need välja.*

**Õppe sisu:**

Teooria: 8 tundi

- Menüü olemus, tähtsus ja koostamise põhimõtted, põhitoitumiskordade menüüid.
- Menüü lähtuvalt kliendi soovidest ja sündmusest, teenuse pakkumise ajast ning kohast.
- Tervisliku toitumise põhimõtted, söögikorrad, eritoitumine – laktoosi- ja gluteenitalumatus, taimetoitlus.

Praktiline töö: 18 tundi

- Arvutiga toitulede ja jookidele nõuetekohased tehnoloogia- ja kalkulatsioonikaartide koostamine.
- Arvutis kalkuleerimisel toiduainete asendamine, nt eritoitumisega klientidele.

**Õppekeskkonna kirjeldus:**

Koolitus toimub Võrumaa Kutsehariduskeskuse õppeklassides, kus on olemas kaasaegsed IKT vahendid igale õppurile menüüde ja kalkulatsioonide koostamiseks.

**Nõuded õppe lõpetamiseks, sh hindamis meetodid ja –kriteeriumid.** *Nõutud on vähemalt 70% kontakttundides osalemine. Kirjeldada, kuidas hinnatakse õpiväljundite saavutamist.*

Osalemine vähemalt 70% õppetöös ja kõik praktilised ülesanded on sooritatud.

Hindamine mitmeeristav: arvestatud/mittearvestatud.

Kui Kõikides tundides on praktilised tööd sooritatud ja õpiväljundid on saavutatud, väljastatakse tunnistus.

Hindamismeetodid	Hindamiskriteeriumid
Arvestus: etteantud kalkulatsioonikaardil asenduste ja muudatuste tegemine vastavalt lähteülesandele.	Kalkulatsiooni abil on võimalik koostada menüü.

## 5. Koolitaja andmed

**Koolitaja andmed.** *Tuua ära koolitaja(te) ees- ja perenimi ning kursuse läbiviimiseks vajalikku kompetentsust näitav kvalifikatsioon või vastav õpi- või töökogemuse kirjeldus.*

Kertu Pehlak, Võrumaa Kutsehariduskeskuse kutseõpetaja tootlustuse alal 6 aastat, kogemus tootlustusettevõtetes praktikuna 2 aastat. 2017 aasta tunnustaud Võrumaa täiskasvanute kokkade koolitaja Võrumaal. Täiskasvanute koolituses osalejate tagasisides kõrgelt hinnatud koolitaja.

**Õppekava koostaja:** Merle Vilson, projektijuht, merle.vilson@vkhk.ee

*/ees- ja perenimi, amet, e-mail/*