

KRÚŽOK VARENIA
2023 / 2024



Názov krúžku: Krúžok varenia

Školský rok: 2023/2024

Priestory realizácie: kuchynka

Čas: pondelok od 12. 40 h - 14.40 h

Vedúci krúžku: Mgr. Andrea Zapletajová

Členovia krúžku:

1. Kováčová Janka 3.ročník
2. Matta Ivan 2.ročník
3. Oračko Michal 3.ročník
4. Rafael Michal 3.ročník „B“ variant
5. Rafaelová Rosalinda 3.ročník „B“ variant
6. Rafaelová Paloma 6.ročník „B“ variant

Hlavným cieľom krúžku Varenia je vzbudiť a podporiť záujem žiakov o varenie, prípravu jedál a oboznámiť ich so zásadami správnej výživy.

Krúžok varenia je zameraný na osvojenie si základných teoretických poznatkov a praktických zručností potrebných k úspešnému zvládnutiu prípravy jednoduchých jedál. V krúžku sa budú deti učiť dodržiavať zásady bezpečnosti pri práci, hygienické zásady, udržiavať pri práci čistotu

a poriadok. Oboznámia sa so zásadami zdravej výživy a etiketou stolovania. Budeme poznávať spotrebiče a kuchynské zariadenie, naučíme sa ich používať. Pod vedením vedúcej krúžku budú deti pripravovať jednoduché jedlá, oboznámia sa s postupmi a pravidlami ich prípravy. Predvedieme si ich servírovanie.

Časovo- tematický plán stretnutí	
Tematický celok	Téma
September	Základné pravidlá bezpečnosti pri práci. Pravidlá správania sa v kuchyni.
	Oboznamovanie sa s kuchynou a všetkým technickým vybavením
	Etiketa stolovania, ako sa správať pri stravovaní.
Október	Tepelná úprava pokrmov- praženica s rohlíkom.
	Tepelná úprava pokrmov- jablkový kompót.
	Vyhľadávanie receptov na internete- receptár
November	Výrobky studenej kuchyne- jednohubky
	Výrobky studenej kuchyne – nátierky – vajíčková, oškvarková
	Tepelná úprava pokrmov- zemiakový prívarok
December	Vyhľadávanie receptov na internete- receptár
	Vianočné pečivo - medovníky, sušienky
	Nepečené maškrtky -pudingový pohár s ovocím
Január	Tepelná úprava pokrmov – pečenie- slané tyčinky z lístkového cesta
	Nepečené maškrtky -kokosové guľky
	Tepelná úprava pokrmov – varenie - zeleninová polievka
Február	Tepelná úprava pokrmov – pečenie- rýchla pizza
	Tepelná úprava pokrmov – varenie - jablková výživa
	Tepelná úprava pokrmov -palacinky
Marec	Výrobky studenej kuchyne- syrová pomazánka
	Zdravá výživa- hlavné zásady, potravinová pyramída
	Zdravá výživa - uhorkový šalát
Apríl	Zdravá výživa - ovocný šalát
	Zdravá výživa - kapustový šalát
	Tepelná úprava pokrmov – pečenie- lekvárové taštičky z lístkového cesta
Máj	Tepelná úprava- varenie vajíčka- obložené chlebíčky
	Tepelná úprava pokrmov -varenie- zemiakové placky
	Tepelná úprava pokrmov -varenie- pečené špekačky
Jún	Zdravá výživa - ovocný šalát
	Tepelná úprava pokrmov - pečenie - bublanina
	Nepečená smotanovo-ovocná torta
Júl	Tepelná úprava pokrmov – pečenie- šišky s džemom
	Tepelná úprava pokrmov -varenie- bazový sirup
	Tepelná úprava pokrmov - chlebík vo vajíčku, ovocný čaj
August	Vyhľadávanie receptov na internete- receptár
	Grilovanie špekačiek - bezpečnosť pri práci s ohňom
	Vyhodnotenie činnosti krúžku