



AKADEMIA
KUCHARSKA BY
SWEET DECOR
BARBARA PACH



Zielone kompetencje podczas produkcji jedzenia w restauracji w zgodzie z ideą zero waste

Numer usługi 2025/05/07/17498/2731004

📍 Radzionków / stacjonarna

👤 Usługa szkoleniowa

🕒 23 h

📅 17.07.2025 do 18.07.2025

5 260,00 PLN brutto

5 260,00 PLN netto

228,70 PLN brutto/h

228,70 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Gastronomia
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do osób pracujących lub planujących pracę w sektorze gastronomicznym: kucharzy, szefów kuchni, menadżerów restauracji oraz osób chcących rozwijać kompetencje z zakresu ekologicznego zarządzania kuchnią. Uczestnikami mogą być również osoby zajmujące się planowaniem menu, zakupami i organizacją pracy kuchni, które chcą podnieść kompetencje w zakresie zielonej transformacji gastronomii i zero waste. Nie są wymagane wcześniejsze kwalifikacje ani doświadczenie.
Minimalna liczba uczestników	3
Maksymalna liczba uczestników	14
Data zakończenia rekrutacji	10-07-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	23
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do wdrażania zasad zrównoważonej i świadomej produkcji gastronomicznej zgodnej z ideą zero waste. Uczestnicy nauczą się efektywnie gospodarować wodą, energią i surowcami, planować zakupy i przechowywanie, minimalizować odpady i ślad węglowy potraw, a także dzielić się wiedzą i tworzyć procedury proekologiczne w zespole kuchennym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Stosuje praktyki ograniczające zużycie wody w kuchni.	Wskazuje minimum trzy sposoby ograniczenia zużycia wody w kuchni.	Wywiad swobodny
Optymalizuje zużycie energii podczas gotowania.	Dobiera sprzęt i techniki przygotowania potraw minimalizujące straty energii.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Minimalizuje ilość odpadów kuchennych.	Projektuje przykładowe menu z wykorzystaniem resztek.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Planuje zakupy zgodnie z zasadą FIFO oraz lokalnością i sezonowością.	Opracowuje listę zakupów z uwzględnieniem sezonowości i trwałości produktów.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Dobiera rozwiązania opakowaniowe przyjazne środowisku.	Wymienia minimum trzy sposoby redukcji plastiku w gastronomii.	Wywiad swobodny
Tworzy menu oparte na produktach niskoemisyjnych.	Układa jadłospis z uwzględnieniem lokalnych i roślinnych składników.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Przekazuje wiedzę proekologiczną zespołowi gastronomicznemu.	Proponuje sposób wdrożenia zasad zero waste w zespole.	Wywiad swobodny
Kształtuje postawy prośrodowiskowe w miejscu pracy i społeczności lokalnej.	Potrafi wskazać korzyści dla zespołu i środowiska wynikające z wdrażania idei zero waste w kuchni.	Wywiad swobodny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

Dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się.

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

Dokument zawiera informację, że przeprowadzona walidacja została dokonana w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Dokument zawiera informację, że została zachowana rozdzielność funkcji pomiędzy procesami kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

Szkolenie skierowane jest do osób pracujących lub planujących pracę w sektorze gastronomicznym: kucharzy, szefów kuchni, menadżerów restauracji oraz osób chcących rozwijać kompetencje z zakresu ekologicznego zarządzania kuchnią. Uczestnikami mogą być również osoby zajmujące się planowaniem menu, zakupami i organizacją pracy kuchni, które chcą podnieść kompetencje w zakresie zielonej transformacji gastronomii i zero waste. Nie są wymagane wcześniejsze kwalifikacje ani doświadczenie.

Część teoretyczna z przykładami zastosowań praktycznych

1. Oszczędzanie wody

Efektywne gospodarowanie wodą w procesach kuchennych

- Mycie warzyw w misce, a nie pod bieżącą wodą
- Użycie zmywarki tylko przy pełnym załadunku
- Recykling wody z blanszowania do zup lub sosów
- Regularna kontrola zaworów i kranów (brak wycieków)

2. Oszczędzanie energii (prąd i gaz)

Minimalizowanie zużycia energii podczas przygotowania posiłków

- Gotowanie „na raz” większych ilości (np. warzywa do obiadu i na pastę do chleba)
- Wykorzystanie pokrywek i termoobiegu w piekarniku
- Włączanie pieców i sprzętu dopiero przed właściwym użyciem
- Ograniczenie ilości sprzętów używanych jednocześnie

3. Gospodarowanie odpadami i resztkami

Ograniczanie ilości odpadów organicznych i nieorganicznych

- Tworzenie dań z resztek (np. zupa z warzyw z rosółu, pesto z natki)
- Dbanie o pełne wykorzystanie produktu (liście, obierki, korzenie)
- Kompostowanie odpadów organicznych
- Wydzielone pojemniki na frakcje odpadów (szkło, plastik, bio)

4. Świadome zakupy i magazynowanie

Planowanie zakupów i przechowywania produktów zgodnie z zasadą

„first in – first out” (FIFO)

- Zakupy lokalne i sezonowe

- Wybieranie produktów bez zbędnych opakowań
- Współpraca z dostawcami, którzy stosują opakowania zwrotne
- Planowanie menu na bazie dostępnych produktów

5. Redukcja plastiku i opakowań jednorazowych

Znajomość rozwiązań opakowaniowych przyjaznych środowisku

- Opakowania kompostowalne lub z trzciny cukrowej
- Rezygnacja z folii stretch w przygotówce na rzecz pojemników wielorazowych
- Zamówienia zbiorcze z minimalną ilością opakowań
- Wdrażanie systemów zwrotnych na opakowania na wynos

6. Minimalizacja śladu węglowego potraw

Planowanie i przygotowywanie dań niskoemisyjnych

- Wybór roślinnych składników zamiast mięsa
- Lokalne produkty zamiast importowanych (np. jabłka zamiast mango)
- Gotowanie w dużych partiach i porcjowanie zamiast gotowania indywidualnego

7. Edukacja i komunikacja zespoła

Dzielenia się wiedzą w zespole i tworzenia wspólnych procedur

- Wspólne ustalanie procedur zero waste
- Przeprowadzanie mini-szkoleń w zespole (np. co tydzień jedno zagadnienie)
- Tablica z procedurami lub checklistą oszczędności w kuchni

II Część warsztatowa, gotowanie kreatywne

Czas trwania:

ok 8 godzin

I. Wprowadzenie (20 min)

Historia kultury gotowania „zero waste” w regionie śląskim i beskidzkim

- Krótkie przypomnienie zasad zero waste
- Przegląd typowych resztek w kuchni śląsko- beskidzkiej, resztek bufetowych i cateringowych

II. Praca warsztatowa- kreatywne wykorzystywanie resztek

Resztki: ugotowane kluski z dnia poprzedniego, makaron z rosółu, warzywa z rosółu, modra

kapusta

Resztki, nadwyżki produktów proponowanych przez uczestników szkolenia poprzez wypełnienie

ankiety przed rozpoczęciem warsztatów

- Kluskowy stir-fry z warzywami i sosem mięsnym
- Grzanki z klusek do kremowych zup
- Mini zapiekanki z kluskami, modrą kapustą i wędzonką
- pasztet warzywny z imbirem i pesto z łodyg rzodkiewki
- smażyony makaron z jajkiem, ziołami i resztkami z pieczenia

- fritata makaronowa z pomidowami i oliwkami
- Kiszona modra kapusta
- Warzywny pasztet z kapustą i suszonymi grzybami
- Makaron zapiekany z bryndzą i cebulką
- kiszenie jako metoda przechowywania
- Pomysły na wprowadzenie do menu restauracyjnego
- atrakcyjna sprzedaż dań z resztek i odpadów (krótka część teoretyczna)

IV. Podsumowanie warsztatu

- Mini-checklista z podpowiedziami

Zielone kompetencje:

- Wykorzystanie resztek, danie sezonowe
- Energooszczędne odgrzewanie
- Własne przetwory - brak plastiku
- Wydłużenie trwałości przez kiszenie i pieczenie
- Oszczędność gazu – jedno danie - jedno naczynie
- Wydłużenie trwałości przez kiszenie, pieczenie, piklowanie

Test egzaminacyjny

Podsumowanie kursu, wręczenie certyfikatów.

Walidacja szkolenia.

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do wdrażania zasad zrównoważonej i świadomej produkcji gastronomicznej zgodnej z ideą zero waste. Uczestnicy nauczą się efektywnie gospodarować wodą, energią i surowcami, planować zakupy i przechowywanie, minimalizować odpady i ślad węglowy potraw, a także dzielić się wiedzą i tworzyć procedury proekologiczne w zespole kuchennym.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
-------------	------

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 260,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 260,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	228,70 PLN
Koszt osobogodziny netto	228,70 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Katarzyna Rogowska

Szefowa kuchni, kreatorka wielu kulinarnych projektów, inicjatorka integracji środowiska lokalnej gastronomii. Inspiracje czerpie z podróży, bujnej wyobraźni, dobrego towarzystwa i artystycznego wykształcenia. Wykorzystuje swoje doświadczenie z dziesięcioletniej przygody w pracy po za granicami kraju w restauracjach o różnym profilu tematycznym zawsze powiązanych z lokalnością i sezonowością.

Przez 5 lat prowadziła restaurację Cadenza w Katowicach z własnym menu inspirowanym kuchnią Słowian, smakami przedwojennej Polski. Dzięki czemu odebrała m.in nagrodę Gault&Milleau za najlepszą Kobietę Chef południa w roku 2017, następnie za najlepszą Kobietę Chef w Polsce za rok 2019. Chętnie dzieli się swoją wiedzą podczas szkoleń i warsztatów z młodszym (i nie tylko) pokoleniem z zakresu stosowanej od lat polityki ZERO WASTE i szacunku do produktu, kuchni bliskiego wschodu oraz kuchni roślinnej.

Propagatorka, nieprzekombinowanego gotowania. Jej charakterystycznym znakiem są warzywne desery. Interpretuje na talerzach kuchnię dwudziestolecia międzywojennego.

Szefowa kuchni w katowickiej restauracji Amfora, w której zabiera gości w wędrówkę śladami żydowskich kupców jedwabnym szlakiem..

Od prawie 20 lat zajmuje się zawodowo gotowaniem. Prowadziła małe oraz wieloosobowe zespoły w Polsce i za granicą.

Zarządzała organizacją wielofunkcyjnych obiektów gastronomicznych. Od 2020 roku przeprowadziła ponad 200 szkoleń dla łącznie 3000 osób. Doświadczenie zdobyte nie wcześniej niż 5 lat.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt z przepisami i recepturami i metodyką wykonania.

Informacje dodatkowe

- Walidacja i przerwy ujęte w harmonogramie, wliczają się w czas trwania szkolenia i stanowią koszt kwalifikowalny usługi
- Koszty noclegu, wyżywienia i dojazdu nie zostały ujęte w cenie usługi
- Szkolenie odbywa się w trybie godzin dydaktycznych
- Zawarto umowę z WUP Kraków w ramach projektu Małopolski Pociąg do Kariery
- Zawarto umowę z WUP Toruń w ramach projektu Kierunek - Rozwój
- W przypadku osób, które uzyskały dofinansowanie w wielkości $\geq 70\%$ obowiązuje zwolnienie podatku VAT

- **Podstawa zwolnienia: Art. 43.1.29.a) c)** ustawy o VAT w związku z §.3.1.14 ROZPORZĄDZENIEM MINISTRA
- FINANSÓW z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień, **Art. 113 Ust. 1** Ustawa o podatku od towarów i usług.

Adres

ul. ks. dr. Józefa Knosały 227

41-922 Radzionków

woj. śląskie

AKADEMIA KUCHARSKA BY SWEET DECOR - CENTRUM SZKOLENIOWE

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Anna Wojanowska

E-mail anna@sweetdecor.pl

Telefon (+48) 507 845 601