



AKADEMIA
KUCHARSKA BY
SWEET DECOR
BARBARA PACH

★★★★★ 4,8 / 5

924 oceny

Kuchnia ZERO WASTE z wykorzystaniem kuchni śląskiej i lokalnej.

Numer usługi 2025/06/05/17498/2795605

📍 Radzionków / stacjonarna

👤 Usługa szkoleniowa

🕒 23 h

📅 29.10.2025 do 30.10.2025

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
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do pracowników branży gastronomicznej, w szczególności osób pracujących w kuchniach restauracyjnych, cateringach, bistrach i firmach zajmujących się produkcją żywności. Uczestnikami mogą być szefowie kuchni, kucharze, pomoc kuchenna, managerowie kuchni, a także osoby odpowiedzialne za zakupy i magazynowanie produktów spożywczych oraz osoby chcące poszerzyć swoją wiedzę z zakresu nowoczesnej gastronomii.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	14
Data zakończenia rekrutacji	22-10-2025
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

Szkolenie przygotowuje uczestników do wdrażania zasad zrównoważonej produkcji żywności w gastronomii zgodnie z ideą „zero waste”. Uczestnicy uczą się ograniczać zużycie wody, energii i odpadów, planować świadome zakupy i magazynowanie oraz wykorzystywać resztki w kuchni w sposób kreatywny i bezpieczny.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Planuje proces przygotowania posiłków w sposób ograniczający zużycie wody i energii	obiera odpowiednie techniki gotowania i obróbki termicznej	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	opisuje zasady mycia i zmywania zgodne z oszczędzaniem wody	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	wskazuje sposoby ograniczenia zużycia sprzętów i energii	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Omawia organizację przestrzeni w kuchni zgodnie z zasadą zero waste	omawia sposoby selektywnej zbiórki odpadów	Wywiad swobodny
	wskazuje zastosowanie resztek w praktycznych daniach	Wywiad swobodny
	identyfikuje działania ograniczające plastik i odpady jednorazowe	Wywiad swobodny
Stosuje świadome praktyki zakupowe i magazynowe	przedstawia listę zakupów zgodną z zasadą „first in – first out”	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	planuje menu w oparciu o dostępność produktów lokalnych i sezonowych	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Ocenia wpływ decyzji kuchennych na ślad węglowy potraw	porównuje emisje związane z wyborem różnych produktów	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dobiera produkty roślinne zamiast importowanego mięsa	Obserwacja w warunkach symulowanych
Tworzy kreatywne dania z wykorzystaniem resztek i nadwyżek produktów	opracowuje receptury dań z resztek zgodne z zasadami bezpieczeństwa żywności	Wywiad swobodny
	przygotowuje potrawy z wykorzystaniem resztek (np. kluski, warzywa, kapusta)	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Działa zespołowo i wspiera wdrażanie zasad „zero waste” w miejscu pracy, inicjując komunikację i współpracę wokół wspólnych działań proekologicznych	aktywnie uczestniczy w tworzeniu i wdrażaniu wspólnych procedur związanych z ograniczaniem marnotrawstwa w kuchni,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	przekazuje wiedzę z zakresu zielonych kompetencji innym członkom zespołu,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	współtworzy checklisty lub tablice informacyjne wspierające zachowania proekologiczne w zespole,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	podejmuje inicjatywy wspierające działania zespołowe związane z edukacją ekologiczną.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

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

TAK

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

TAK

Program

Szkolenie skierowane jest do pracowników branży gastronomicznej, w szczególności osób pracujących w kuchniach restauracyjnych, cateringach, bistrach i firmach zajmujących się produkcją żywności. Uczestnikami mogą być szefowie kuchni, kucharze, pomoc kuchenna, managerowie kuchni, a także osoby odpowiedzialne za zakupy i magazynowanie produktów spożywczych oraz osoby chcące poszerzyć swoją wiedzę z zakresu nowoczesnej gastronomii.

Program szkolenia:

Część I - teoretyczna z przykładami zastosowań praktycznych

1. Oszczędzanie wody

Kompetencja: Umiejętność efektywnego gospodarowania wodą w procesach kuchennych

Przykłady zastosowania:

- 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)

Kompetencja: Umiejętność minimalizowania zużycia energii podczas przygotowania posiłków

Przykłady zastosowania:

- 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

Kompetencja: Umiejętność ograniczania ilości odpadów organicznych i nieorganicznych

Przykłady zastosowania:

- 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

Kompetencja: Umiejętność planowania zakupów i przechowywania produktów zgodnie z zasadą

„first in – first out” (FIFO)

Przykłady zastosowania:

- 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

Kompetencja: Znajomość rozwiązań opakowaniowych przyjaznych środowisku

Przykłady zastosowania:

- 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

Kompetencja: Umiejętność planowania i przygotowywania dań niskoemisyjnych

Przykłady zastosowania:

- 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 zespołowa

Kompetencja: Umiejętność dzielenia się wiedzą w zespole i tworzenia wspólnych procedur

Przykłady zastosowania:

- 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

1. Wprowadzenie

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

2. 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
- smażony makaron z jajkiem, ziołami i resztkami z pieczeni
- 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)

3. Podsumowanie warsztatu

- Mini-checklista z podpowiedziami

Zielone kompetencje:

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

Podsumowanie kursu, wręczenie certyfikatów.

Podsumowanie szkolenia, wręczenie certyfikatów.

Walidacja szkolenia.

Szkolenie przygotowuje uczestników do wdrażania zasad zrównoważonej produkcji żywności w gastronomii zgodnie z ideą „zero waste”. Uczestnicy uczą się ograniczać zużycie wody, energii i odpadów, planować świadome zakupy i magazynowanie oraz wykorzystywać resztki w kuchni w sposób kreatywny i bezpieczny.

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 licznych 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 powiązanym 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 Kobiętę Chef południa w roku 2017, następnie za najlepszą Kobiętę Chef w Polsce za rok 2019. Chętnie dzieli się swoją wiedzą podczas licznych 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. Jej charakterystycznym znakiem są warzywne desery. Obecnie 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 150 szkoleń dla łącznie 1200 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