



Karolina Kolańska
Twoje Gastro

★★★★★ 4,7 / 5

27 ocen

Szkolenie - Przygotowanie receptur i przeliczanie dań

Numer usługi 2026/01/09/148235/3246963

📍 Zielona Góra / stacjonarna

🍽️ Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 03.03.2026 do 04.03.2026

2 964,60 PLN brutto

2 964,60 PLN netto

185,29 PLN brutto/h

185,29 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Gastronomia
Identyfikatory projektów	Kierunek - Rozwój
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do pracowników firmy SAGAN KUCHNIA POLSKA, w szczególności do kucharzy, szefów kuchni oraz osób odpowiedzialnych za planowanie menu, przygotowanie receptur, przeliczanie dań oraz kontrolę kosztów produkcji gastronomicznej. Uczestnikami szkolenia mogą być osoby posiadające doświadczenie w pracy w kuchni, realizujące produkcję gastronomiczną w oparciu o kuchnię polską, w tym produkcję zbiorową, garmażeryjną lub cateringową. Szkolenie realizowane jest w formule indywidualnej, z dostosowaniem zakresu do specyfiki działalności firmy oraz obowiązujących procesów gastronomicznych.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	8
Data zakończenia rekrutacji	27-02-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	16
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 nabycie przez uczestników wiedzy i praktycznych umiejętności w zakresie przygotowywania, standaryzowania i przeliczania receptur gastronomicznych jako narzędzia kontroli jakości, bezpieczeństwa żywności oraz zarządzania kosztami produkcji gastronomicznej. Uczestnicy nauczą się prawidłowo opracowywać receptury zgodne z wymaganiami HACCP, uwzględniające gramatury, ubytki technologiczne, alergeny oraz standardy prezentacji potraw, a także skutecznie przeliczać dania.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik zna zasady tworzenia i standaryzowania receptur gastronomicznych.	wyjaśnia, czym jest receptura gastronomiczna	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje elementy obowiązkowe receptury	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik zna różnice między wagą brutto i netto oraz pojęcie ubytków technologicznych.	rozróżnia wagę brutto i netto	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	definiuje ubytki technologiczne	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik zna zasady przeliczania receptur na różne liczby porcji i wolumeny produkcji.	opisuje zasady skalowania receptur	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje znaczenie proporcji w recepturze	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik zna podstawowe pojęcia związane z kalkulacją kosztów i food costem.	definiuje pojęcie food cost	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje wpływ receptury na koszty produkcji	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik zna rolę receptur w zapewnieniu jakości i bezpieczeństwa żywności.	opisuje znaczenie receptur w systemie HACCP	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wyjaśnia wpływ standaryzacji na jakość dań	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

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

I Dzień

Blok 1: Rola receptury w gastronomii i systemach jakości

- Rola receptury w gastronomii – standaryzacja, kontrola jakości, bezpieczeństwo żywności.
- Receptura jako narzędzie zarządzania i komunikacji w zespole kuchennym. Typowe błędy w pracy bez receptur – przykłady z praktyki.
- Receptura a HACCP – jak poprawnie łączyć wymagania sanitarne i produkcyjne.

Blok 2: Budowa i klasyfikacja receptur gastronomicznych

- Elementy obowiązkowe - nazwa dania, gramatury surowców, sposób wykonania, uwagi technologiczne. Klasyfikacja potraw - receptury bazowe, receptury złożone, półprodukty.
- Ustalanie wielkości porcji i standardu prezentacji dania (mise en place, wykończenie, dekoracja). Uwzględnianie alergenów, wartości odżywczych i składników sezonowych.
- Dokumentacja i archiwizacja receptur w systemie HACCP lub programach cyfrowych.

Blok 3: Ubytki technologiczne i przeliczanie receptur

- Różnica między wagą brutto a netto.
- Ubytki technologiczne (obróbka wstępna, termiczna, rozdrabnianie, blanszowanie, pieczenie).
- Obliczanie strat wagowych dla mięsa, warzyw, ryb, sosów i deserów.
- Tworzenie tabel przeliczeniowych dla dań z barmu i serwisu a la carte.
- Jak opracować normy na bazie obserwacji własnej kuchni i danych produkcyjnych.

Blok 4: Standaryzacja w praktyce i wdrażanie receptur

- Dobór potraw do standaryzacji (przykłady: danie główne, przystawka, sos, deser).
- Tworzenie karty surowców i określenie gramatur.
- Wykonanie potrawy z ważeniem składników w czasie rzeczywistym.
- Pomiar strat wagowych, zapisanie wartości rzeczywistych i porównanie z teoretycznymi.
- Korekta receptury – jak dostosować ją do warunków pracy kuchni.
- Jak wdrożyć receptury do codziennej pracy zespołu.
- Współpraca szefa kuchni z kucharzami – odpowiedzialność za realizację receptur.
- Receptury a szkolenie nowych pracowników – utrzymanie spójności oferty.
- Budowanie bazy receptur jako przewagi konkurencyjnej lokalu.

II Dzień

Blok 1: Przeliczanie receptur i planowanie produkcji

- Dlaczego przeliczenia są kluczowe w planowaniu produkcji i cateringu.

- Jak skalować recepturę przy zwiększeniu lub zmniejszeniu liczby porcji.
- Zmiana wielkości porcji a zachowanie proporcji smakowych.
- Przeliczanie półproduktów – np. sosów, bulionów, farszów.
- Ćwiczenia - przeliczenie receptury dla imprezy na 20, 50 i 120 osób.

Blok 2: Kalkulacja kosztów i Food Cost

- Pojęcie kosztu jednostkowego i całkowitego.
- Jak obliczyć koszt surowców w oparciu o recepturę.
- Wskaźnik Food Cost i jego interpretacja (zalecane poziomy).
- Kalkulacja ceny sprzedaży w zależności od marży i polityki cenowej lokalu.
- Narzędzia wspierające kalkulację.

Blok 3: Rentowność menu i optymalizacja kosztów

- Jak identyfikować potrawy najbardziej i najmniej rentowne w menu.
- Praktyczne przykłady z restauracji i cateringu – jak poprawić marżę bez utraty jakości.
- Jak reagować na zmiany cen surowców i sezonowość produktów.
- Wprowadzanie zamienników składników bez utraty walorów smakowych.
- Optymalizacja gramatur i surowców pod kątem strat i dostępności.

Blok 4: Kontrola, odpowiedzialność i praca zespołowa

- Rola szefa kuchni w monitorowaniu kosztów i aktualizowaniu bazy receptur.
- Jak kontrolować zgodność wykonania dań z recepturą.
- Narzędzia do nadzoru - dzienniki produkcji, listy kontrolne, arkusze dziennego zużycia.
- Budowanie świadomości ekonomicznej zespołu – kucharz jako współodpowiedzialny za wynik.
- Zespołowe opracowanie i przeliczenie receptury z dnia 1 w trzech wariantach (mała produkcja, standard, catering).
- Kalkulacja food cost, ceny sprzedaży, analiza rentowności.
- Dyskusja nad wynikami, błędami i sposobami ich eliminacji.

Walidacja - test teoretyczny z automatycznie generowanym wynikiem

1 godzina szkolenia = 60 minut

Czas trwania zajęć łącznie z przerwami nie przekracza 8 godzin zegarowych w ciągu jednego dnia.

W trakcie zajęć zaplanowane są przerwy.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 14

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 14 Blok 1: Rola receptury w gastronomii i systemach jakości	Artur Kupczyk	03-03-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 14 Przerwa	Artur Kupczyk	03-03-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 14 Blok 2: Budowa i klasyfikacja receptur gastronomicznych	Artur Kupczyk	03-03-2026	11:15	13:00	01:45
4 z 14 Przerwa	Artur Kupczyk	03-03-2026	13:00	13:30	00:30
5 z 14 Blok 3: Ubytki technologiczne i przeliczanie receptur	Artur Kupczyk	03-03-2026	13:30	15:00	01:30
6 z 14 Przerwa	Artur Kupczyk	03-03-2026	15:00	15:15	00:15
7 z 14 Blok 4: Standaryzacja w praktyce i wdrażanie receptur	Artur Kupczyk	03-03-2026	15:15	17:00	01:45
8 z 14 Blok 1: Przeliczanie receptur i planowanie produkcji	Artur Kupczyk	04-03-2026	09:00	11:00	02:00
9 z 14 Przerwa	Artur Kupczyk	04-03-2026	11:00	11:15	00:15
10 z 14 Blok 2: Kalkulacja kosztów i Food Cost	Artur Kupczyk	04-03-2026	11:15	13:00	01:45
11 z 14 Przerwa	Artur Kupczyk	04-03-2026	13:00	13:30	00:30
12 z 14 Blok 3: Rentowność menu i optymalizacja kosztów	Artur Kupczyk	04-03-2026	13:30	15:00	01:30
13 z 14 Przerwa	Artur Kupczyk	04-03-2026	15:00	15:15	00:15
14 z 14 Blok 4: Kontrola, odpowiedzialność i praca zespołowa	Artur Kupczyk	04-03-2026	15:15	17:00	01:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 964,60 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 964,60 PLN
Koszt osobogodziny brutto	185,29 PLN
Koszt osobogodziny netto	185,29 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Artur Kupczyk

Gotuję od ... nie pamiętam od kiedy, w każdym razie pierwsze potrawy z książki kucharskiej gotowałem stojąc na taborecie, bo nie bardzo sięgałem kuchennego blatu. Potem były szkoły gastronomiczne w których uzyskałam najpierw tytuł zawodowy Kucharza, a następnie Technika Technologii Żywności o specjalizacji Żywność Zbiorowa. Od ponad dwudziestu lat „dowodzę” zespołami kucharzy wspólnie pracując na zadowolenie i dopieszczeniem gości w restauracjach. Pełniłem w tym czasie funkcję Executive Chef m.in. w takich obiektach jak Hotel Gołębiowski w Wiśle czy pięciogwiazdkowy Wellness Hotel Pod Kycmołem w Horni Lomnej w Republice Czeskiej. Po drodze i niejako w międzyczasie otwierałem i konsultowałem z dobrym skutkiem wiele lokali w całym kraju. Dziś prowadzę autorską Akademię Kulinarną na Śląsku. Myślę, że moje doświadczenie i filozofia pracy może wprowadzić zarządzanie kuchnią w Twoim lokalu na poziom, który przyniesie Ci satysfakcję i wymierne korzyści biznesowe.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- Autorskie materiały w wersji papierowej i elektronicznej
- Certyfikat ukończenia szkolenia
- Narzędzia do sporządzania notatek: notes i długopis

Warunki uczestnictwa

chęć rozwoju

Adres

ul. Plac Pocztowy 17

65-305 Zielona Góra

woj. lubuskie

Sagan Kuchnia Polska

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Karolina Kolańska

E-mail kontakt@twojegastro.com

Telefon (+48) 690 632 853