

**SZKOLENIE PROFESJONALNY KUCHARZ**

Numer usługi 2026/02/10/170161/3320708

**2 483,00 PLN** brutto

2 018,70 PLN netto

155,19 PLN brutto/h

126,17 PLN netto/h

214,81 PLN cena rynkowa ⓘ

Akademia

Gastronomii EDYTA

OKROJ-

WIERZBICKA

★★★★★ 4,9 / 5

12 ocen

📍 Sopot

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 16:00 h

📅 17.06.2026 do 18.06.2026

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Inne / Gastronomia

**Grupa docelowa usługi**

Szkolenie skierowane jest do kucharzy i osób pracujących w gastronomii, którzy chcą zwiększyć efektywność swojej pracy, minimalizować straty produktów i lepiej kontrolować Food Cost. Jest idealne dla osób, które chcą opanować praktyczne techniki planowania i przygotowywania potraw, poprawić organizację stanowiska pracy oraz stosować nowoczesne metody obróbki termicznej. Uczestnicy nauczą się również, jak dostosować menu do potrzeb Gości z różnymi wymaganiami dietetycznymi i alergiami, zachowując wysoką jakość i smak potraw. Szkolenie odpowiada na codzienne wyzwania kuchni profesjonalnej, łącząc teorię z praktycznymi ćwiczeniami i wymianą doświadczeń w zespole.

**Minimalna liczba uczestników**

8

**Maksymalna liczba uczestników**

23

**Data zakończenia rekrutacji**

10-06-2026

**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 podniesienie umiejętności kucharzy w zakresie efektywnego zarządzania surowcami, minimalizacji strat i kontroli Food Cost oraz poprawy organizacji stanowiska pracy. Uczestnicy nauczą się stosować nowoczesne metody obróbki termicznej i tworzyć menu dostosowane do różnych potrzeb Gości, w tym alergii i diet specjalnych. Szkolenie przygotowuje do pracy w profesjonalnej kuchni w sposób wydajny, bezpieczny i zgodny z oczekiwaniami klientów.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Potrafi efektywnie kontrolować Food Cost w procesie produkcji.	Oblicza koszt potrawy na podstawie podanych danych.	Test teoretyczny
Minimalizuje straty surowców i nadwyżki w kuchni.	Wskazuje metody ograniczania marnotrawstwa w kuchni.	Test teoretyczny
Organizuje stanowisko pracy w sposób ergonomiczny i wydajny.	Opisuje sposób ustawienia stanowiska pracy zapewniający efektywność.	Test teoretyczny
Stosuje nowoczesne metody obróbki termicznej.	Wskazuje właściwą metodę obróbki termicznej dla wybranego produktu.	Test teoretyczny
Tworzy menu uwzględniające różne diety i alergie pokarmowe.	Rozpoznaje najczęstsze diety i alergeny pokarmowe oraz podaje odpowiednie zamienniki.	Test teoretyczny
Analizuje procesy produkcyjne i wprowadza rozwiązania zwiększające jakość i powtarzalność potraw.	Wskazuje metody standaryzacji i kontroli jakości w procesie produkcji.	Test teoretyczny

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

## Program

### SZKOLENIE PROFESJONALNY KUCHARZ

**GRUPA DOCELOWA:** Szkolenie skierowane jest do kucharzy i osób pracujących w gastronomii, którzy chcą zwiększyć efektywność swojej pracy, minimalizować straty produktów i lepiej kontrolować Food Cost. Jest idealne dla osób, które chcą opanować praktyczne techniki planowania i przygotowywania potraw, poprawić organizację stanowiska pracy oraz stosować nowoczesne metody obróbki termicznej. Uczestnicy nauczą się również, jak dostosować menu do potrzeb Gości z różnymi wymaganiami dietetycznymi i alergiami, zachowując wysoką jakość i smak potraw. Szkolenie odpowiada na codzienne wyzwania kuchni profesjonalnej, łącząc teorię z praktycznymi ćwiczeniami i wymianą doświadczeń w zespole.

**WARUNKI ORGANIZACYJNE:** szkolenie realizowane jest w formie stacjonarnej, w sali szkoleniowej wyposażonej w miejsca siedzące (krzesło i stolik) dla każdego uczestnika. Każdy uczestnik otrzymuje komplet materiałów szkoleniowych w formie drukowanej. Maksymalna liczba uczestników: 23 osoby. Zajęcia odbywają się w jednej grupie, bez podziału na podgrupy.

**TRYB REALIZACJI I CZAS TRWANIA:** szkolenia prowadzone jest w trybie godzin zegarowych (60 minut). Łączny czas trwania: **16 godzin** (2 dni po 8 godzin). Podział godzin: **16 godzin teoretycznych** (szkolenie ma formę wykładów z elementami dyskusji, analizy przypadków i ćwiczeń koncepcyjnych). Przerwy wliczają się w czas trwania usługi.

### Dzień I / 09:00 - 17:00 / 8h

- Food Cost i zarządzanie stratami podczas produkcji
- Definicja i znaczenie Food Cost w gastronomii
- Jak obliczać Food Cost – praktyczne przykłady
- Wpływ Food Cost na cenę dania i rentowność restauracji
- Zakupy i negocjacje z dostawcami
- Kontrola zapasów i zapobieganie marnowaniu
- Optymalizacja menu pod kątem Food Cost
- Przyczyny strat produkcyjnych w kuchni
- Metody prewencji i minimalizowania strat
- Przykłady efektywnego wykorzystania resztek i odpadów
- Grupowa analiza rzeczywistych przykładów
- Dyskusja i wymiana doświadczeń
- Wybór surowców – od teorii do praktyki
- Wpływ pochodzenia na jakość i smak surowców
- Porównanie lokalnych produktów z importowanymi
- Ocena surowców pod kątem wydajności i opłacalności
- Techniki identyfikacji świeżości surowców
- Znaczenie sezonowości w wyborze składników
- Przechowywanie i zarządzanie zapasami dla zachowania świeżości
- Od podstawy do zaawansowania – obróbki termiczne
- Teoretyczne podstawy różnych metod obróbki termicznej
- Porównanie efektów gotowania, pieczenia i smażenia na różne rodzaje żywności
- Wpływ temperatury i czasu na właściwości sensoryczne i bezpieczeństwo potraw
- Wprowadzenie do metod sous-vide, konfitowania i dymienia
- Wykorzystanie obróbki termicznej do zwiększenia wydajności pracy
- Strategie planowania i przygotowania potraw z wyprzedzeniem

### Dzień II / 09:00 - 17:00 / 8h

- Organizacja i ergonomia pracy na kuchni
- Efektywne ustawienie stanowisk pracy
- Znaczenie ergonomii w zapobieganiu kontuzjom
- Standaryzacja pracy kuchni – jak uzyskać największą powtarzalność
- Tworzenie standardowych procedur operacyjnych

- Zapewnienie powtarzalności w produkcji potraw jako najważniejszy czynnik powrotu gościa do lokalu
- Przykłady efektywnej standaryzacji w praktyce
- Podstawy wiedzy o dietach i alergiach pokarmowych – zrozumienie potrzeb klientów
- Co kucharz powinien wiedzieć o najpopularniejszych dietach i wykluczeniach (np. wegańska, wegetariańska, bezglutenowa, ketogeniczna)
- Omówienie głównych alergenów pokarmowych i ich identyfikacja w produktach
- Zrozumienie konsekwencji zdrowotnych niewłaściwej obsługi alergii pokarmowych
- Techniki projektowania menu z opcjami dla różnych diet i alergii
- Przykłady potraw odpowiednich dla osób z alergiami i na specjalnych dietach
- Kreatywne zastępowanie składników alergennych i dostosowywanie przepisów
- Zasady komponowania menu
- Zasady tworzenia menu uwzględniających różnorodność, balans smaków i estetykę podania
- Trendy gastronomiczne
- Klasyczne smaki w nowoczesnej odsłonie
- Kulinarna kreatywność – inspiracje do tworzenia nowych dań
- Dopasowanie menu do możliwości kuchni i umiejętności personelu i oczekiwań gości
- Zarządzanie efektywnością produkcji i czasem przygotowania potraw
- Techniki testowania menu i zbierania opinii od klientów.

#### WALIDACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ:

- Metoda walidacji: test teoretyczny przeprowadzony po ukończeniu szkolenia.
- Forma: test pisemny zawierający pytania zamknięte i otwarte, obejmujące wszystkie efekty uczenia się określone w karcie usługi.
- Organizacja: test odbywa się w sali szkoleniowej, w której przeprowadzone było szkolenia; czas trwania 30 minut; praca samodzielna, bez pomocy materiałów.

Z przyczyn niezależnych od Wykonawcy (np. losowych) harmonogram szkolenia może zostać nieznacznie zmieniony. Wszystkie informacje dostępne w jednostce szkolącej zostaną przekazane Operatorowi.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 19

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 19</b> Food Cost – definicja i obliczanie; wpływ na rentowność; zarządzanie stratami i kontrola zapasów.	Marcin Banach	17-06-2026	09:00	10:30	01:30
<b>2 z 19</b> Przerwa kawowa (wliczona w cenę usługi)	Marcin Banach	17-06-2026	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>3 z 19</b> Zakupy i negocjacje z dostawcami; optymalizacja menu; minimalizacja strat produkcyjnych w kuchni.	Marcin Banach	17-06-2026	10:45	12:15	01:30
<b>4 z 19</b> Przerwa kawowa (wliczona w cenę usługi)	Marcin Banach	17-06-2026	12:15	12:30	00:15
<b>5 z 19</b> Wykorzystanie resztek; analiza przypadków; wybór surowców; świeżość i sezonowość produktów.	Marcin Banach	17-06-2026	12:30	13:30	01:00
<b>6 z 19</b> Przerwa lunchowa (wliczona w cenę usługi)	Marcin Banach	17-06-2026	13:30	14:00	00:30
<b>7 z 19</b> Obróbka termiczna – gotowanie, smażenie, pieczenie; sous-vide, konfitowanie, dymienie; planowanie produkcji.	Marcin Banach	17-06-2026	14:00	15:30	01:30
<b>8 z 19</b> Przerwa kawowa (wliczona w cenę usługi)	Marcin Banach	17-06-2026	15:30	15:45	00:15
<b>9 z 19</b> Wpływ technologii kulinarnych na jakość i wydajność pracy; podsumowanie dnia i dyskusja.	Marcin Banach	17-06-2026	15:45	17:00	01:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>10 z 19</b> Ergonomia pracy w kuchni; ustawienie stanowisk; standaryzacja pracy i procedury operacyjne.</p>	Marcin Banach	18-06-2026	09:00	10:30	01:30
<p><b>11 z 19</b> Przerwa kawowa (wliczona w cenę usługi)</p>	Marcin Banach	18-06-2026	10:30	10:45	00:15
<p><b>12 z 19</b> Powtarzalność produkcji; jakość dań; organizacja pracy a efektywność zespołu kuchennego.</p>	Marcin Banach	18-06-2026	10:45	12:15	01:30
<p><b>13 z 19</b> Przerwa kawowa (wliczona w cenę usługi)</p>	Marcin Banach	18-06-2026	12:15	12:30	00:15
<p><b>14 z 19</b> Diety i alergie pokarmowe; najczęstsze wykluczenia; projektowanie menu dla różnych potrzeb.</p>	Marcin Banach	18-06-2026	12:30	13:30	01:00
<p><b>15 z 19</b> Przerwa lunchowa (wliczona w cenę usługi)</p>	Marcin Banach	18-06-2026	13:30	14:00	00:30
<p><b>16 z 19</b> Tworzenie menu; trendy gastronomiczne; zastępowanie składników; kreatywność w kuchni.</p>	Marcin Banach	18-06-2026	14:00	15:30	01:30
<p><b>17 z 19</b> Przerwa kawowa (wliczona w cenę usługi)</p>	Marcin Banach	18-06-2026	15:30	15:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
18 z 19 Tworzenie menu cd.; zbieranie opinii; zarządzanie efektywnością produkcji.	Marcin Banach	18-06-2026	15:45	16:30	00:45
19 z 19 Test walidacyjny i zakończenie szkolenia.	-	18-06-2026	16:30	17:00	00:30

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 483,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 018,70 PLN
Koszt osobogodziny brutto	155,19 PLN
Koszt osobogodziny netto	126,17 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Marcin Banach

Specjalizacja: polska kuchnia nowoczesna. Prowadzi szkolenia: Szef Kuchni, Profesjonalny Kucharz, Kuchnia Polska, Komunikacja i Motywowanie.

Osoba prowadząca zajęcia spełnia warunek: doświadczenie zawodowe i kwalifikacje w zakresie powierzonych zadań zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą publikacji usługi w BUR.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymają komplet materiałów w formie drukowanej opracowanych przez ekspertów i trenerów Akademii Gastronomii. Materiały zawierają treści wykładowe, ćwiczenia, wzory kampanii marketingowych, szablony do pracy własnej oraz informacje dotyczące narzędzi online (Canva, Meta, Ads). Materiały są dostosowane do realiów branży gastronomicznej i umożliwiają samodzielne wdrażanie zdobytej wiedzy po zakończeniu szkolenia.

## Warunki uczestnictwa

Szkolenie jest otwarte - mogą zapisać się wszyscy uczestnicy.

Szkolenie rozpocznie się po zgłoszeniu się minimum 8 osób, maksymalna liczba uczestników to 23 osoby. Obowiązuje kolejność zgłoszeń.

## Informacje dodatkowe

Cena usługi podana jest w wartości netto. Do ceny doliczany jest podatek VAT 23%.

W przypadku finansowania usługi w co najmniej 70% ze środków publicznych, usługa korzysta ze zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. b ustawy o VAT.

## Adres

ul. Władysława Broniewskiego 10  
81-841 Sopot  
woj. pomorskie

Szkolenie odbędzie się w siedzibie Akademii Gastronomii przy ul. Władysława Broniewskiego 10 w Sopocie. Sala szkoleniowa zlokalizowana jest na parterze budynku, przystosowana do komfortowej pracy szkoleniowej. Na miejscu dostępne są materiały szkoleniowe, kawa, herbata, lunch, słodkie i słone przekąski. W pobliżu znajdują się miejsca parkingowe oraz dogodny dojazd komunikacją miejską.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Niezbędny sprzęt (rzutnik, ekran, flipchart), toalety, dostęp do kuchni, szatnia na ubrania.

## Kontakt



**Anna Kurt**

**E-mail** [biuro@agastromii.pl](mailto:biuro@agastromii.pl)

**Telefon** (+48) 780 760 240