



„Diety współczesnego świata” kurs z egzaminem

Numer usługi 2026/03/06/7392/3384861

650,00 PLN brutto

650,00 PLN netto

21,67 PLN brutto/h

21,67 PLN netto/h

161,11 PLN cena rynkowa ⓘ

Zakład

Doskonalenia

Zawodowego

★★★★★ 4,7 / 5

5 018 ocen

📍 Letnica / stacjonarna

👤 Usługa szkoleniowa

🕒 30 h

📅 23.03.2026 do 14.04.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Gastronomia
Grupa docelowa usługi	osoby pełnoletnie
Minimalna liczba uczestników	8
Maksymalna liczba uczestników	15
Data zakończenia rekrutacji	22-03-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	30
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 usługi uzyskanie przez uczestniczki wiedzy pozwalającej na rozpoznawanie odpowiednich surowców do różnych diet, identyfikowanie technik kulinarnych i ich zastosowań, poznanie zasad komponowania smaków, przygotowywania wysokiej jakości potraw, przy wykorzystaniu różnych technik obróbki termicznej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Wiedza: uczestnik kursu: stosuje przepisy oraz zasady wymagane przy pracy z żywnością</p> <p>Umiejętności: uczestnik kursu: wykonuje zadania zgodnie z przepisami i zasadami</p>	<p>Wiedza: uczestnik kursu: stosuje przepisy oraz zasady wymagane przy pracy z żywnością. • zna techniki sporządzania potraw dla różnych diet, • zna procesy technologiczne w produkcji gastronomicznej, • wie na czym polega obróbka wstępna surowców, • zna techniki obróbki termicznej produktów, • posiada wiedzę z zakresu technik sporządzania dań, potraw i napojów, utrwalania i przechowywania żywności, Test teoretyczny</p> <p>Umiejętności: uczestnik kursu: wykonuje zadania zgodnie z przepisami i zasadami • potrafi przygotować stanowisko pracy i zorganizować pracę własną • dobiera urządzenia kuchenne adekwatnie do przygotowywanych potraw • posługuje się sprzętem gastronomicznym • potrafi oceniać jakość surowców i półproduktów oraz zabezpieczać je przed zepsuciem • potrafi przygotowywać potrawy i napoje dostosowane do odpowiedniej diety • przestrzega higieny produkcji, przepisów sanitarnych, bhp i ppoż. Test teoretyczny</p>	<p>Test teoretyczny</p> <p>Test teoretyczny</p>
<p>Kompetencje: obok wiedzy i umiejętności zawodowych uczestnik kursu: wykazuje postawę odpowiedzialności, gotowość do uczenia się i współpracy w zespole:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • przestrzega zasad etyki zawodowej, • podejmuje współpracę w zorganizowanych warunkach pracy, • wykazuje się dbałością o higienę osobistą i czystość miejsca pracy. 	<p>Test teoretyczny</p>

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

Moduł 1 – Bezpieczeństwo i higiena pracy

- higiena osobista personelu;
- higiena produkcji żywności, pomieszczeń, narzędzi i sprzętu;
- zagrożenia mikrobiologiczne;
- bezpieczne posługiwanie się sprzętem gastronomicznym;
- zasady pracy w grupie; strój ochronny;

Moduł 2: Przygotowywanie potraw dietetycznych

- charakterystyka współczesnych diet: podstawowa, wysokobiałkowa, niskobiałkowa, lekkostrawna. Diety eliminacyjne - dostosowane do osób z nietolerancjami pokarmowymi – bez glutenu, laktozy czy nabiału, jadłospisy roślinne – wegetariańskie i wegańskie, które łamią stereotyp monotonnej kuchni bezmięsnej. Wykorzystanie białka z roślin strączkowych, orzechów, nasion i produktów sojowych.
- nauka podstawowych pojęć stosowanych w produkcji potraw, metody termiczne;
- zastosowanie warzyw i owoców w produkcji potraw dla odpowiedniej diety.
- sporządzanie zup czystych, zagęszczanych, zup-kremów, i stosowanie w tworzeniu odpowiedniego jadłospisu dietetycznego.
- potrawy smażone i duszone z mięs zwierząt rzeźnych oraz drobiu; sposoby wykańczania przed obróbką termiczną, dobór potraw do właściwej diety.
- zastosowanie mleka i przetworów mlecznych do sporządzania potraw w różnych dietach
- zasady obróbki termicznej jaj oraz wykorzystanie ich właściwości w dietach.

Moduł 3: Diety, które powinny być prowadzone pod nadzorem specjalisty

- Diety terapeutyczne – cukrzycowa z niskim indeksem glikemicznym.
- DASH dla osób z nadciśnieniem.
- Diety: Hashimoto, dieta Ketogeniczna, Dukan, Kopenhaska, eliminacyjna.

Metody: wykład, ćwiczenia, praca w grupach, dyskusj

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 24

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 24 Bezpieczeństwo i higiena pracy	Tomasz Wajda	23-03-2026	15:30	17:00	01:30
2 z 24 "Bezpieczeństwo i higiena pracy; Przygotowywanie potraw dietetycznych"	Tomasz Wajda	23-03-2026	17:10	18:40	01:30
3 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	23-03-2026	18:50	19:35	00:45
4 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	24-03-2026	15:30	17:00	01:30
5 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	24-03-2026	17:10	18:40	01:30
6 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	24-03-2026	18:50	19:35	00:45
7 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	25-03-2026	15:30	17:00	01:30
8 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	25-03-2026	17:10	18:40	01:30
9 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	25-03-2026	18:50	19:35	00:45
10 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	30-03-2026	15:30	17:00	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	30-03-2026	17:10	18:40	01:30
12 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	30-03-2026	18:50	19:35	00:45
13 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	31-03-2026	15:30	17:00	01:30
14 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	31-03-2026	17:10	18:40	01:30
15 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	31-03-2026	18:50	19:35	00:45
16 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	01-04-2026	15:30	17:00	01:30
17 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	01-04-2026	17:10	18:40	01:30
18 z 24 Przygotowywanie potraw dietetycznych	Tomasz Wajda	01-04-2026	18:50	19:35	00:45
19 z 24 Diety, które powinny być prowadzone pod nadzorem specjalisty	Tomasz Wajda	13-04-2026	15:30	17:00	01:30
20 z 24 Diety, które powinny być prowadzone pod nadzorem specjalisty	Tomasz Wajda	13-04-2026	17:10	18:40	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
21 z 24 Diety, które powinny być prowadzone pod nadzorem specjalisty	Tomasz Wajda	13-04-2026	18:50	19:35	00:45
22 z 24 Diety, które powinny być prowadzone pod nadzorem specjalisty	Tomasz Wajda	14-04-2026	15:30	17:00	01:30
23 z 24 Diety, które powinny być prowadzone pod nadzorem specjalisty	Tomasz Wajda	14-04-2026	17:10	18:40	01:30
24 z 24 Diety, które powinny być prowadzone pod nadzorem specjalisty	Tomasz Wajda	14-04-2026	18:50	19:35	00:45

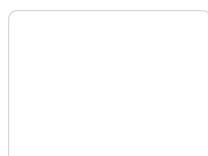
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	650,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	650,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	21,67 PLN
Koszt osobogodziny netto	21,67 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Tomasz Wajda



Posiada co najmniej 5-letnie doświadczenie zawodowe, wieloletni praktyk, związany z kształceniem zawodowym. Doświadczenie zawodowe w zakresie prowadzenia zajęć na kursach dotyczących zagadnień kulinarnych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestniczki otrzymają materiały szkoleniowe.

Warunki uczestnictwa

osoby pełnoletnie

Informacje dodatkowe

Czas szkolenia 40h podano w godzinach dydaktycznych, harmonogram realizacji wyrażono w godzinach zegarowych (1hd=0,75hz)

Uczestniczki otrzymają zaświadczenie o ukończeniu kursu oraz po zaliczonym egzaminie certyfikat potwierdzający uzyskanie kompetencji

Adres

Letnica 10
66-014 Letnica
woj. lubuskie

Zakład Doskonalenia Zawodowego w Zielonej górze dysponuje zapleczem technicznym niezbędnym do realizacji tego zadania. Zapewnia odpowiednie warunki bezpieczeństwa oraz warunki jakościowe zgodne z obowiązującymi przepisami..

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Baza lokalowa umożliwia przeprowadzenie zajęć zarówno teoretycznych jak i praktycznych w jednym miej

Kontakt



BEATA WYSOCKA

E-mail beata.wysocka@zdz.poznan.pl

Telefon (+48) 605 454 141