



Kurs kucharz

Numer usługi 2026/04/20/160113/3498473

5 100,00 PLN brutto

5 100,00 PLN netto

44,74 PLN brutto/h

44,74 PLN netto/h

266,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Ośrodek Szkolenia
Proxima Grażyna
Błaut

★★★★☆ 4,4 / 5

4 oceny

📍 Opole

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

🕒 114:00 h

📅 20.07.2026 do 07.08.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Techniczne / Pozostałe techniczne
Grupa docelowa usługi	Grupę docelową usługi stanowią: * osoby dorosłe, które z własnej inicjatywy chcą podnieść swoje umiejętności /kompetencje / kwalifikacje, * osoby chcące zdobyć i opanować wiedzę wraz z umiejętnościami niezbędnymi do pracy na stanowisku kucharza zarówno małej, jak i dużej gastronomii, * osoby pracujące w gastronomii chcące potwierdzić swoje kwalifikacje.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	5
Data zakończenia rekrutacji	17-07-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	114
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

zdobycie podstawowej wiedzy, umiejętności, praktyki w obrębie zawodu kucharza, przygotowanie do egzaminu czeladniczego

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik potrafi: - dokonywać towaroznawczej oceny surowców, półproduktów i wyrobów kulinarnych, - wdrażać systemy zapewniania zdrowotnej jakości żywności, - określać odżywczą i energetyczną wartość potraw oraz stosować zasady racjonalnego żywienia,	Uczestnik omawia, weryfikuje i dokonuje: -towaroznawczej oceny surowców, półproduktów i wyrobów kulinarnych, - wdraża systemy zapewniania zdrowotnej jakości żywności, - określa odżywczą i energetyczną wartość potraw oraz stosować zasady racjonalnego żywienia,	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik potrafi: - stosować metody i techniki obróbki technologicznej, - sporządzać potrawy i napoje z surowców i półproduktów, - użytkować narzędzia, maszyny, urządzenia i sprzęt, - przestrzegać zasad podawania potraw i napojów, - przechowywać surowce, półprodukty, potrawy i napoje, - planować i organizować produkcję gastronomiczną, - opracowywać menu dla różnych grup konsumentów,	Uczestnik omawia, weryfikuje i dokonuje: - obróbkę technologiczną, - sporządza potrawy i napoje z surowców i półproduktów, - użytkuje narzędzia, maszyny, urządzenia i sprzęt, - przestrzega zasad podawania potraw i napojów, - poprawnie przechowuje surowce, półprodukty, potrawy i napoje,	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik potrafi - przestrzegać przepisów prawa dotyczących realizacji zadań zawodowych, - przestrzegać przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy, ochrony przeciwpożarowej oraz ochrony środowiska podczas wykonywania zadań zawodowych.	Uczestnik omawia, weryfikuje i dokonuje: - planowaną i organizowaną produkcję gastronomiczną, - opracowuje menu dla różnych grup konsumentów, Uczestnik przestrzega przepisów prawa dotyczących realizacji zadań zawodowych oraz przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy, ochrony przeciwpożarowej oraz ochrony środowiska podczas wykonywania zadań zawodowych.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Kwalifikacje włączone do Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji

Kwalifikacje	Sporządzanie potraw i napojów
Kod kwalifikacji zarejestrowanej w ZRK	13634
Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Izba Rzemieślnicza
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Izba Rzemieślnicza

Program

Lp	temat	TEORIA	PRAKTYKA
1.	Podstawy żywienia	5	4
2.	Technologia gastronomiczna z towaroznawstwem	5	-
3.	Wyposażenie zakładów gastronomicznych	3	
	Bezpieczeństwo i higiena pracy	5	
	Organizacja i ekonomika gastronomii	4	
	Pracownia gastronomiczna	2	
3.	Zagrożenia dla bezpieczeństwa żywności: biologiczne, chemiczne, fizyczne.	0,5	-
4.	Główne przyczyny powstania zagrożeń w produkcji i przetwórstwie żywności dla jej jakości zdrowotnej	0,5	-
5.	Eliminowanie i zapobieganie powstawaniu zagrożeń dla bezpieczeństwa zdrowotnego żywności – Dobra Praktyka Higieniczna, Dobra Praktyka Produkcyjna	3	-
6.	Przyczyny psucia się żywności. Dozwolone substancje dodatkowe, szkodniki żywności	0,5	-

7.	Wpływ opakowania na zmiany jakości podczas przechowywania i przetwarzania	0,5	-
8.	Zasady przechowywania żywności w warunkach chłodniczych	0,5	-
9.	Zasady przygotowania żywności: zjawisko osmozy, reakcje hydrolizy chemicznej, chemiczny rozpad witamin, przemiany chemiczne barwników, zasady gotowania warzyw, zasady pieczenia mięsa, smażenia i odsmażania	-	8
10.	Pojęcie jakości żywności. Cechy sensoryczne żywności, oznakowanie, data minimalnej trwałości, termin przydatności do spożycia, handlowy numer identyfikacyjny	0,5	-
11.	Rola podstawowych składników odżywczych w organizmie człowieka	2	
12.	Składniki odżywcze żywności i ich rola w organizmie człowieka: białka, tłuszcze, węglowodany, składniki mineralne, witaminy	1	
13.	Diety lecznicze oraz ich zastosowanie: dieta podstawowa, lekkostrawna, z ograniczeniem tłuszczu, niskoresztkowa, płynna i papkowata, z ograniczoną ilością białka, cukrzycowa, odkwaszająca, diety w żywieniu dzieci i młodzieży	1	8

14.	Zajęcia praktyczne: zasady racjonalnej gospodarki surowcami, - posługiwanie się dokumentacją obowiązującą w zakładzie gastronomicznym, - obróbka wstępna surowców i warzyw, - rozdrabnianie warzywa, -- sporządzanie surówek, -- sporządzanie potrawy z warzyw i owoców, - sporządzanie potraw z mleka i jego przetworów, - sporządzanie potrawy z jaj. - wykorzystanie właściwości jaj przy sporządzaniu potraw, - sporządzanie potrawy z mąki i kasz, - zagęszczanie potraw, - sporządzanie określonych rodzajów zup, - dobranie sosów do potraw, - sporządzanie potraw jarskich, - sporządzanie potrawy półmiesnych, - dobieranie części tusz zwierzęcych do odpowiednich potraw. - sporządzanie potraw z mięsa, podrobów, drobiu i ryb, - sporządzanie masy mielonej z mięsa, drobiu i ryb, - sporządzanie posiłków dla dzieci i młodzieży w żywieniu w przedszkolach i szkołach (przykładowe jadłospisy) - dobieranie dodatków do potraw, - sporządzanie ciast słodkich różnymi technikami, - sporządzanie deserów, - sporządzanie i dekorowanie zakąsek, - sporządzanie potraw kuchni regionalnych i narodowych, - sporządzanie potrawy dietetyczne, - dekorowanie potraw; - nakrywanie stołów do posiłków codziennych i okolicznościowych,	-	60
-----	---	---	----

- planowanie jadłospisów		
Egzamin czeladniczy		
Ogółem ilość godzin	34	80

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 0

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

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 100,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	44,74 PLN
Koszt osobogodziny netto	44,74 PLN
W tym koszt walidacji brutto	1 500,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	1 500,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	0,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	0,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Idalia Wojciechowska

Jest właścicielem restauracji, posiada przygotowanie pedagogiczne oraz wykształcenie, wiedzę i kwalifikacje do prowadzenia zajęć teoretycznych i praktycznych. Od 20 lat szkoli uczniów szkół gastronomicznych oraz prowadzi zajęcia na kursach zawodowych



2 z 2

GRAŻYNA BŁAUT

Od 1998 roku wykładowca na kursach i szkoleniach głównie z zakresu bhp, prawa pracy. Posiada wykształcenie wyższe oraz uprawnienia pedagogiczne dla nauczycieli

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują materiały opracowane przez wykładowcę w formie skryptu, zeszyt, długopis. Mają dostęp do biblioteki z książkami technicznymi

Warunki uczestnictwa

ukończone 18 lat

Adres

ul. Niemodlińska 79/34

45-864 Opole

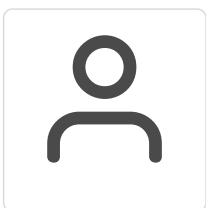
woj. opolskie

Siedziba firmy znajduje się około 200m od Centrum Przesiadkowego Opole - Zachód, gdzie odbywają się szkolenia

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Dogodne warunki dojazdu jak i parkowania samochodów.

Kontakt



Grażyna Błaut

E-mail biuro@szkoleniaproxima.pl

Telefon (+48) 602 319 852