



Karolina Kolańska-Sułkowska Twoje Gastro

★★★★★ 4,8 / 5

57 ocen

Warsztaty Kulinarne

Numer usługi 2026/08/25/148235/3766133

📍 Łódź

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 32:00 h

📅 23.11.2026 do 26.11.2026

6 283,00 PLN brutto

6 283,00 PLN netto

196,34 PLN brutto/h

196,34 PLN netto/h

214,81 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Gastronomia
Identyfikatory projektów	Kierunek - Rozwój
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do osób pracujących w branży gastronomicznej, które chcą rozwijać praktyczne umiejętności kulinarne oraz podnosić jakość i rentowność produkcji. Uczestnikami mogą być kucharze, szefowie kuchni, pomoc kuchenna oraz właściciele i managerowie lokali gastronomicznych. Warsztaty dedykowane są zarówno osobom z doświadczeniem, które chcą uporządkować wiedzę i poznać nowoczesne techniki, jak i tym, które chcą podnieść standard pracy w kuchni. Szkolenie szczególnie polecane jest dla zespołów przygotowujących dania w systemie à la carte, bufetowym oraz cateringowym.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	18-11-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
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 rozwój, praktycznych umiejętności kulinarnych w zakresie przygotowywania dań z różnych grup produktowych oraz świadomego zarządzania procesem produkcji gastronomicznej. Uczestnicy zdobędą wiedzę i umiejętności pozwalające na dobór odpowiednich technik obróbki, budowanie smaku, kontrolę jakości oraz optymalizację food cost i organizacji pracy w kuchni.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje zasady przygotowywania bulionów, zup, sosów i dipów	rozdziela rodzaje baz kulinarnych oraz ich zastosowanie	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	identyfikuje techniki budowania smaku i najczęstsze błędy technologiczne	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Rozpoznaje techniki obróbki mięsa, drobiu, podrobów oraz ryb i owoców morza	wskazuje odpowiednie metody obróbki (smażenie, pieczenie, duszenie)	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	identyfikuje zasady kontroli temperatury i jakości produktu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Opisuje zasady przygotowywania nowoczesnych dań roślinnych	rozdziela techniki obróbki warzyw i budowania struktury dania	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	identyfikuje źródła smaku umami i sposoby jego wzmacniania	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Charakteryzuje zasady organizacji pracy w kuchni i planowania produkcji	rozdziela typy serwisu (à la carte, bufet)	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	wskazuje elementy mise en place i organizacji pracy zespołu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Rozpoznaje podstawy zarządzania kosztami w gastronomii (food cost)	identyfikuje czynniki wpływające na rentowność produkcji	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	rozdziela zasady ograniczania strat i kontroli porcji	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

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

I Dzień – zupy, buliony, sosy i dipy

Wprowadzenie do klasycznych baz – rola bulionów i sosów jako kluczowych elementów większości dań oraz zasady świadomego budowania smaku od pierwszego etapu przygotowania dania.

Blok 1: Zupy i buliony – technologia i precyzja

Zupy i buliony – technologia, technika, precyzja:

- Bulion drobiowy vs. warzywny – czas ekstrakcji, klarowność, koncentracja smaku
- Różnice między zupą krem a klarowną – tekstura, balans, intensywność
- Najczęstsze błędy technologiczne: przegotowanie, zmętnienie, brak głębi

Blok 2: Sosy klasyczne i nowoczesne

Sosy klasyczne i nowoczesne:

- Glace, jus, velouté – baza pod dziesiątki dań
- Emulsje ciepłe i zimne – kontrola konsystencji i stabilności
- Redukcje, koncentraty i świadome wzmacnianie smaku

Blok 3: Dipy i balans smaków

Dipy i szybkie dodatki restauracyjne:

- Dipy do zastosowań a la carte i cateringowych
- Budowanie balansu: kwaśne – słone – słodkie – gorzkie – umami

Blok 4: Analiza, planowanie i food cost

Analiza sensoryczna i degustacja:

- Rozkładanie dań na czynniki pierwsze – struktura, aromat, długość smaku, balans.
- Świadoma degustacja jako narzędzie kontroli jakości.

Podstawy planowania i food cost:

- Planowanie produkcji (mise en place – co przygotować dzień wcześniej)
- Koszt produkcji zupy vs. sosu

II Dzień – mięso, drób, podroby oraz organizacja serwisu

Wprowadzenie do pracy z mięsem – struktura mięśnia, rodzaje mięsa i świadomy dobór techniki obróbki.

Blok 1: Rozbiór i przygotowanie produktów

Rozbiór i przygotowanie produktów:

- Rozbiór drobiu – optymalizacja wydajności produktu
- Oczyszczanie, porcjowanie
- Minimalizacja strat technologicznych

Blok 2: Techniki obróbki mięsa

Techniki obróbki i kontrola jakości:

- Smażenie, pieczenie, duszenie – różnice temperaturowe i czasowe
- Kontrola temperatury i soczystości (punkt krytyczny w gastronomii)
- Podroby – szybka, precyzyjna i bezpieczna obróbka

Blok 3: Organizacja serwisu gastronomicznego

Serwis à la carte vs. bufet:

- Różnice technologiczne i organizacyjne
- Organizacja pracy pod różne typy serwisu
- Degustacja i analiza – profesjonalna ocena tekstury, stopnia wysmażenia oraz równowagi smakowej dania, z uwzględnieniem jego struktury, soczystości i harmonii składników.

Blok 4: Analiza jakości i zarządzanie kosztami

Food cost i wydajność:

- Ograniczanie strat i poprawa rentowności
- Obliczanie uzysku z produktu
- Kontrola porcji i standaryzacja receptur

III Dzień – nowoczesna kuchnia roślinna

Jak tworzyć pełnowartościowe, atrakcyjne dania bez mięsa. Świadome komponowanie wartości odżywczych i struktury dania.

Blok 1: Warzywo jako główny składnik dania

Warzywo jako bohater talerza:

- Obróbka: pieczenie, grillowanie, konfitowanie
- Tekstura jako element budujący atrakcyjność

Blok 2: Budowanie smaku i umami

Budowanie głębi smaku mami:

- Naturalne źródła umami
- Fermentacje, redukcje, pasty smakowe
- Praca z przyprawą i koncentracją smaku

Blok 3: Dania roślinne w praktyce

Dania wege w praktyce restauracyjnej:

- Risotto / kaszotto – kremowość, balans i konsystencja
- Nowoczesne kompozycje roślinne – estetyka talerza, minimalizm, elegancja

Blok 4: Aspekt biznesowy kuchni roślinnej

Aspekt biznesowy:

- Food cost dań roślinnych
- Jak tworzyć menu wege, które się sprzedaje

IV Dzień – ryby i owoce morza

Rozpoznawanie świeżego produktu. Bezpieczeństwo pracy i przechowywania.

Blok 1: Obróbka wstępna ryb

Obróbka wstępna:

- Filetowanie ryb – technika i wydajność
- Przygotowanie do smażenia i pieczenia

Blok 2: Techniki obróbki i kontrola temperatury

Techniki obróbki i kontrola temperatury:

- Smażenie – chrupiąca skóra, soczyste wnętrze
- Owoce morza – szybka, precyzyjna obróbka
- Temperatura jako klucz do jakości

Blok 3: Błędy technologiczne i analiza jakości

Najczęstsze błędy technologiczne:

- Przesuszenie i rozgotowanie
- Brak kontroli temperatury

Degustacja i analiza: ocena tekstury, świeżości, struktury białka i balansu smaku.

Blok 4: Food cost i zarządzanie produktem

Food cost i zarządzanie produktem premium:

- Zmienność cen i planowanie zakupów
- Minimalizacja strat
- Maksymalizacja wykorzystania produktu

Walidacja - test teoretyczny z automatycznie generowanym wynikiem

W trakcie zajęć zaplanowane są przerwy, które są wliczone w czas trwania szkolenia. Łączna liczba godzin usługi: 32 godziny zegarowe, w tym: 22 godziny zajęć praktycznych, 10 godzin zajęć teoretycznych.

W sytuacjach wynikających z przyczyn organizacyjnych lub zdarzeń pozostających poza kontrolą Wykonawcy dopuszcza się wprowadzenie zmian w kolejności realizowanych zagadnień lub godzinach ich realizacji. Wszelkie aktualizacje dotyczące przebiegu usługi zostaną przekazane Operatorowi oraz uczestnikom w możliwie najkrótszym terminie.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 29

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 29 Blok 1: Zupy i buliony – technologia i precyzja	Zajęcia	Paweł Pyra	23-11-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 29 -	Przerwa	-	23-11-2026	11:00	11:15	00:15
3 z 29 Blok 2: Sosy klasyczne i nowoczesne	Zajęcia	Paweł Pyra	23-11-2026	11:15	13:00	01:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 29 -	Przerwa	-	23-11-2026	13:00	13:30	00:30
5 z 29 Blok 3: Dipy i balans smaków	Zajęcia	Paweł Pyra	23-11-2026	13:30	15:15	01:45
6 z 29 -	Przerwa	-	23-11-2026	15:15	15:30	00:15
7 z 29 Blok 4: Analiza, planowanie i food cost	Zajęcia	Paweł Pyra	23-11-2026	15:30	17:00	01:30
8 z 29 Blok 1: Rozbiór i przygotowanie produktów	Zajęcia	Paweł Pyra	24-11-2026	09:00	11:00	02:00
9 z 29 -	Przerwa	-	24-11-2026	11:00	11:15	00:15
10 z 29 Blok 2: Techniki obróbki mięsa	Zajęcia	Paweł Pyra	24-11-2026	11:15	13:00	01:45
11 z 29 -	Przerwa	-	24-11-2026	13:00	13:30	00:30
12 z 29 Blok 3: Organizacja serwisu gastronomicznego	Zajęcia	Paweł Pyra	24-11-2026	13:30	15:15	01:45
13 z 29 -	Przerwa	-	24-11-2026	15:15	15:30	00:15
14 z 29 Blok 4: Analiza jakości i zarządzanie kosztami	Zajęcia	Paweł Pyra	24-11-2026	15:30	17:00	01:30
15 z 29 Blok 1: Warzywo jako główny składnik dania	Zajęcia	Paweł Pyra	25-11-2026	09:00	11:00	02:00
16 z 29 -	Przerwa	-	25-11-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
17 z 29 Blok 2: Budowanie smaku i umami	Zajęcia	Paweł Pyra	25-11-2026	11:15	13:00	01:45
18 z 29 -	Przerwa	-	25-11-2026	13:00	13:30	00:30
19 z 29 Blok 3: Dania roślinne w praktyce	Zajęcia	Paweł Pyra	25-11-2026	13:30	15:15	01:45
20 z 29 -	Przerwa	-	25-11-2026	15:15	15:30	00:15
21 z 29 Blok 4: Aspekt biznesowy kuchni roślinnej	Zajęcia	Paweł Pyra	25-11-2026	15:30	17:00	01:30
22 z 29 Blok 1: Obróbka wstępna ryb	Zajęcia	Paweł Pyra	26-11-2026	09:00	11:00	02:00
23 z 29 -	Przerwa	-	26-11-2026	11:00	11:15	00:15
24 z 29 Blok 2: Techniki obróbki i kontrola temperatury	Zajęcia	Paweł Pyra	26-11-2026	11:15	13:00	01:45
25 z 29 -	Przerwa	-	26-11-2026	13:00	13:30	00:30
26 z 29 Blok 3: Błędy technologiczne i analiza jakości	Zajęcia	Paweł Pyra	26-11-2026	13:30	15:15	01:45
27 z 29 -	Przerwa	-	26-11-2026	15:15	15:30	00:15
28 z 29 Blok 4: Food cost i zarządzanie produktem	Zajęcia	Paweł Pyra	26-11-2026	15:30	16:50	01:20
29 z 29 -	Walidacja	Paweł Pyra	26-11-2026	16:50	17:00	00:10

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	32:00
w tym suma godzin zajęć	27:50
w tym suma godzin walidacji	00:10
w tym suma przerw	04:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	37:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 283,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	6 283,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	196,34 PLN
Koszt osobogodziny netto	196,34 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	32:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Paweł Pyra

Jestem trenerem kulinarnym, konsultantem gastronomicznym oraz szefem kuchni z doświadczeniem zdobywanym w Polsce i za granicą. Pracowałem w renomowanych restauracjach oraz prestiżowych hotelach, rozwijając swoje umiejętności pod okiem wybitnych Szefów Kuchni, a

także podczas stażu we Francji, gdzie poznawałem nowoczesne podejście do produktu i sezonowości.

Od ponad 10 lat prowadzę warsztaty kulinarne i szkolenia dla restauracji, hoteli oraz zespołów gastronomicznych w całej Polsce. Specjalizuję się w nowoczesnej kuchni polskiej i śródziemnomorskiej, organizacji pracy kuchni, food cost, zero waste oraz budowaniu jakości i powtarzalności dań.

Zajmuję się również konsultingiem gastronomicznym i wsparciem lokali w tworzeniu oraz rozwoju konceptów gastronomicznych. W swojej pracy stawiam na kreatywność, sezonowość i świadome wykorzystanie produktu, a szczególnie bliska jest mi także kuchnia wegańska i wegetariańska.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

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

Warunki uczestnictwa

chęć rozwoju

Informacje dodatkowe

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu "Małopolski pociąg do kariery - sezon 1" i dla Uczestników Projektu "Nowy start w Małopolsce z EURESem".

Adres

ul. Wydawnicza 1/3

92-333 Łódź

woj. łódzkie

Studio kulinarne Hugli

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Karolina Kolańska - Sułkowska

E-mail kontakt@twojegastro.com

Telefon (+48) 690 632 853