

Okręgowa Komisja Egzaminacyjna w Łomży

KOMENTARZ DO PRAC EGZAMINACYJNYCH

w zawodzie:

Technik żywienia i gospodarstwa domowego 321[10]

**ETAP PRAKTYCZNY
SESJA LETNIA 2012**

Łomża, lipiec 2012 r.

1. Treść zadania z załącznikami

Zadanie egzaminacyjne

Kuchnia ma przygotować, zgodnie z zamówieniem dietetyka 50 zestawów posiłków wchodzących w skład jadłospisu dziennego wg diety łatwo strawnej przeznaczonej dla konsumentów, u których stwierdzono podwyższony poziom cholesterolu we krwi. Dzienna stawka żywieniowa dla jednej osoby wynosi 8,50 zł.

Opracuj projekt realizacji prac związanych z produkcją 50-ciu zestawów posiłków wchodzących w skład jadłospisu dziennego według diety łatwo strawnej.

Oceń jadłospis pod względem zawartości cholesterolu, którego codzienne spożycie nie powinno przekraczać 300 mg. Zaproponuj modyfikację jadłospisu jeśli dzienna zawartość cholesterolu zostanie przekroczona.

Projekt realizacji prac powinien zawierać:

1. Tytuł pracy egzaminacyjnej.
2. Założenia niezbędne do rozwiązania zadania.
3. Zapotrzebowanie na surowce i półprodukty niezbędne do przygotowania 50 zestawów posiłków zaplanowanych w jadłospisie wg diety łatwo strawnej w formie listy zbiorczej (*zapotrzebowanie wyrażone w jednostkach zakupu towarów*).
4. Kalkulację kosztu żywienia jednej osoby (z dokładnością do 0,01 zł), z uwzględnieniem 3% ryczałtu na przyprawy oraz porównanie otrzymanego wyniku kalkulacji z założonym kosztem żywienia wraz z komentarzem.
5. Ocenę jakości jadłospisu pod względem zawartości cholesterolu wraz z komentarzem oraz propozycją modyfikacji diety.
6. Wykaz zastawy stołowej potrzebnej do ekspedycji obiadu dla 50 osób, wraz z jej przeznaczeniem.
7. Wykaz metod i technik wykonania potraw wchodzących w skład obiadu. *Wykaz można sporządzić w formie schematu blokowego.*

Do wykonania zadania wykorzystaj:

Załącznik 1. Normatywy surowcowe potraw w zaplanowanym jadłospisie dziennym.

Załącznik 2. Wykaz cen jednostkowych surowców i półproduktów oraz przeliczniki jednostek.

Załącznik 3. Zawartość cholesterolu w 100 g wybranych surowców, półproduktów i produktów.

Załącznik 4. Propozycje wzorów tabel.

Do sporządzenia zapotrzebowania, kalkulacji ceny oraz oceny jakości żywienia możesz skorzystać z propozycji wzorów tabel (Załącznik 4).

Czas przeznaczony na wykonanie zadania wynosi 240 minut.

Normatywy surowcowe potraw w zaplanowanym jadłospisie dziennym

Nazwa posiłku	Nazwa potrawy	Nazwa surowca/ półproduktu / produktu	Ilość na 1 porcję (g)
śniadanie	kleik z kaszy jęczmiennej z mlekiem	mleko 2%	250
		kasza jęczmienna	50
		sól, cukier	do smaku
	jajecznica na parze	jajo	100
		masło	5
		natka pietruszki	5
	pieczywo	chleb pszenny	100
	herbata owocowa	herbata owocowa	2
cukier		5	
obiad	barszcz ukraiński	włoszczyzna	50
		buraki	100
		ziemniaki	100
		fasolka szparagowa	50
		koncentrat pomidorowy	5
		śmietanka 12%	20
		natka pietruszki	3
	pulpety	włoszczyzna	30
		mięso z kurczaka	100
		bułka czerstwa	20
		mleko 2%	20
		jajo	10
		mąka	3
obiad	sos koperkowy	koperek	10
		mąka	5
		masło	5
	ryż na sypko	ryż	80
		olej sojowy	3
	marchew oprószana	marchew	150
		olej sojowy	3
		mąka	2
	kompot z jabłek	jabłka	100
cukier		15	
cynamon, goździki		do smaku	
podwieczorek	jogurt owocowy	jogurt owocowy	150
kolacja	kanapka z pasztetem	chleb pszenny	100
		masło	5
		pasztet drobiowy	60
		sałata	10
	herbata miętowa	herbata miętowa	2
		cukier	5

Wykaz cen jednostkowych surowców i półproduktów oraz przeliczniki jednostek

I.p.	Surowiec/ półprodukt/ produkt	Jednostka miary/ przelicznik jednostki	Cena jednostkowa (zł)
1	mleko 2%	1litr = 1000 g	2,00
2	kasza jęczmienna	kg	2,00
3	jajo	1 szt. = 50 g	0,40
4	masło	kg	16,00
5	natka pietruszki	1pęczek = 100 g	2,00
6	chleb pszenny	kg	4,00
7	herbata owocowa	kg	30,00
8	cukier	kg	3,00
9	włoszczyzna	kg	3,00
10	buraki	kg	3,00
11	ziemniaki	kg	2,00
12	fasolka szparagowa	kg	6,00
13	koncentrat pomidorowy	kg	8,00
14	śmietanka 12%	kg	6,00
15	mięso z kurczaka	kg	12,00
16	bułka czerstwa	kg	4,00
17	mąka	kg	2,00
18	koperek	1 pęczek = 100 g	2,00
19	ryż	kg	3,00
20	olej sojowy	kg	6,00
21	marchew	kg	2,00
22	jabłka	kg	2,00
23	jogurt owocowy	1 op. = 150 g	1,00
24	pasztet drobiowy	kg	10,00
25	sałata	1 główka = 250 g	3,00
26	herbata miętowa	kg	20,00

Załącznik 3.

Zawartość cholesterolu w 100 g wybranych surowców, półproduktów i produktów

I.p.	Surowiec/ półprodukt/ produkt	Zawartość cholesterolu (mg)
1	mleko 2%	8
2	jajo	360
3	masło	248
4	śmietanka 12%	39
5	mięso z kurczaka	75
6	jogurt owocowy	6
7	pasztet drobiowy	58
8	pozostałe surowce roślinne	0

Załącznik 4.

Propozycje wzorów tabel

Tabela 1. Zapotrzebowanie na surowce / półprodukty / produkty niezbędne do realizacji jadłospisu dziennego dla 50 osób

Nazwa surowca, półproduktu, produktu	Razem na 1 porcję (g)	Razem na 50 zestawów	
		(g)	ilość wyrażona w jednostce zakupu towaru

Tabela 2. Kalkulacja jednostkowego kosztu żywienia konsumenta

Nazwa surowca, półproduktu, produktu	Ilość na 50 zestawów (w jednostce zakupu towaru)	Cena jednostkowa (zł)	Wartość (zł)
suma			
ryczałt 3%			
razem			
koszt jednostkowy		?	

Tabela 3. Zawartość cholesterolu w potrawach wg jadłospisu dziennego

Nazwa surowca, półproduktu, produktu	Ilość w jadłospisie dla 1 pacjenta (g)	Zawartość cholesterolu (mg)	
		w 100 g produktu	w potrawie
razem	x	x	?

Zamieszczone wzory tabel są tylko przykładami – zdający może (ale nie musi), skorzystać z tych propozycji sporządzając ich odpowiedniki w KARCIE PRACY EGZAMINACYJNEJ.

Ocenie podlegały następujące elementy pracy egzaminacyjnej:

1. Tytuł pracy egzaminacyjnej.
2. Założenia niezbędne do zadania.
3. Zapotrzebowanie na surowce i półprodukty niezbędne do przygotowania 50 zestawów posiłków zaplanowanych w jadłospisie wg diety łatwo strawnej w formie listy zbiorczej (zapotrzebowanie wyrażone w jednostkach zakupu towarów).
4. Kalkulację kosztów żywienia jednej osoby (z dokładnością do 0,01 zł), z uwzględnieniem 3% ryczału na przyprawy oraz porównanie otrzymanego wyniku z założonym kosztem żywienia wraz z komentarzem.
5. Ocena jakości jadłospisu pod względem zawartości cholesterolu wraz z komentarzem oraz propozycją modyfikacji diety.
6. Wykaz zastawy stołowej potrzebnej do ekspedycji obiady dla 50 osób, wraz z jej przeznaczeniem.
7. Wykaz metod i technik wykonania potraw wchodzących w skład obiady. Wykaz można sporządzić w formie schematu blokowego.
8. Praca egzaminacyjna jako całość.

Uwagi szczegółowe

1. Tytuł pracy egzaminacyjnej

Zdający nie mieli trudności ze sformułowaniem tytułu pracy egzaminacyjnej. Odnosił się on do produkcji posiłków wchodzących w skład jadłospisu dziennego z uwzględnieniem diety łatwostrawnej. Tytuł w większości przypadków nie wykazywał cech polecenia.

Przykład 1

Projekt realizacji prac żywieniowych z przygotowaniem 50 zestawów
 (tytuł pracy egzaminacyjnej)
 posiłków wchodzących w skład jadłospisu dziennego wg diety
 łatwostrawnej przeznaczonej dla komentatora, w których studentom
 podwyższony poziom cholesterolu we krwi.

Przykład 2

Projekt realizacji prac związanych z produkcją 50-ciu zestawów posiłków odchudzących w skład jadłospisu dziennego według diety Tatrostrawnej przeznaczonej dla konsumentów z podwyższonym poziomem cholesterolu we krwi.

Przykład 3

Projekt realizacji prac związanych z produkcją 50-ciu 'zestawów' posiłków odchudzących w skład jadłospisu dziennego według diety Tatrostrawnej

2. Założenia niezbędne do rozwiązania zadania.

Zdecydowana większość zdających poprawnie zredagowała założenia. Zawierały one wszystkie niezbędne dane wynikające z treści zadania oraz załączników. Zdarzały się prace, w których zdający nie uwzględniali 3% ryczaftu na przyprawę i informacji o tytułach załączników.

Przykład 1

1. Założenia do projektu:

- ilość porcji - 50 zestawów posiłków
- ilość posiłków - III (śniadanie, obiad, podwieczorek, kolacja)
- rodzaj diety - Tatrostrawna dla konsumentów, w których stwierdzono podwyższony poziom cholesterolu we krwi
- dzienna stawka świadczeń dla jednej osoby - 8,50 zł
- ilość cholesterolu w diecie - dzienne spożycie nie powinno przekraczać 300 mg
- załącznik 1 - normatywny surowcowy potraw w zaplanowanym jadłospisie dziennym
- załącznik 2 - wykaz cen jednostkowych surowców i półproduktów oraz precyzyjnych jednostek
- załącznik 3 - zawartość cholesterolu w 100g wybranych surowców, półproduktów i produktów
- ryczaft na przyprawę - 3%

Przykład 2

2. Założenia:

- wynikające z treści zadania:
 - 50 zestawów posiłków odchudzących w skład jadłospisu dziennego, zgodnego z zaleceniami dietetyka,
 - dieta Tatrostrawna przeznaczonej dla konsumentów z podwyższonym poziomem cholesterolu we krwi,
 - dzienna stawka zamówienia dla 1 osoby wynosi 8,50 zł,
 - dzienne spożycie cholesterolu nie powinno przekraczać 300 mg;
 - ryczaft 3% na przyprawę.
- wynikające z dokumentacji:
 - normatywny surowcowy potraw i zaplanowanym jadłospisie dziennym -> załącznik nr 1,
 - wykaz cen jednostkowych surowców i półproduktów oraz precyzyjne jednostki -> załącznik nr 2,
 - zawartość cholesterolu w 100g wybranych surowców, półproduktów i produktów.

3. Zapotrzebowanie na surowce i półprodukty niezbędne do przygotowania 50 zestawów posiłków zaplanowanych w jadłospisie wg diety łatwo strawnej w formie listy zbiorczej.

W większości prac obszar ten był realizowany z wykorzystaniem propozycji wzoru tabeli 1, bądź jako lista surowców łącznie z kalkulacją kosztów (element 4 projektu). Produkty występujące w więcej niż jednej potrawie nie zawsze były wymieniane w jednej pozycji, ale ich ilość zdający nie zawsze prawidłowo sumowali /w wielu pracach brak listy zbiorczej/.

Ilości surowców podawane były w gramach i/lub w kilogramach bez przeliczania na jednostki zakupu towarów. Często zdający w zapotrzebowaniu surowcowym nie uwzględniali przypraw i popełniali błędy wynikające z braku umiejętności zamiany jednostek.

Przykład 1

3/4. Sporządźmy zapotrzebowanie i surowce i półprodukty niezbędne do przygotowania 50 zestawów posiłków zaplanowanych w jadłospisie wg diety łatwo strawnej w formie listy zbiorczej oraz kalkulację kosztu żywienia jednej osoby z uwzględnieniem 3% ryzyka na przyprawy oraz porównanie otrzymanego wyniku kalkulacji z założonym kosztem żywienia oraz z komentarzem. (Korzystam z załączników nr 1,2)

Zapotrzebowanie ilościowe			Kalkulacja kosztów			
lp.	Nazwa surowca / półproduktu	Jednostka miary	Ilość na 1 porcję (g)	Ilość na 50 zestawów	Cena jednostkowa (zł)	Wartość (zł)
1.	mleko 2%	l	0,27	13,5	2,00	27,00
2.	kasza jęczmienna	kg	0,05	2,5	2,00	5,00
3.	jajo	szt.	2,2	110	0,40	44,00
4.	masło	kg	0,015	0,75	16,00	12,00
5.	natka pietruszki	peczek	0,08	4	2,00	8,00
6.	chleb przemny	kg	0,2	10	4,00	40,00
7.	herbata owocowa	kg	0,002	0,1	30,00	3,00
8.	cukier	kg	0,025	1,25	3,00	3,75
9.	wtoszczyszna	kg	0,08	4	3,00	12,00
10.	buraki	kg	0,1	5	3,00	15,00
11.	ziemniaki	kg	0,1	5	2,00	10,00
12.	fasolka szparagowa	kg	0,05	2,5	6,00	15,00
13.	koncentrat pomidorowy	kg	0,005	0,25	8,00	2,00
14.	śmietanka 12%	kg	0,02	1	6,00	6,00
15.	mięso z kurczaka	kg	0,1	5	12,00	60,00
16.	bulka czarna	kg	0,02	1	4,00	4,00
17.	mąka	kg	0,01	0,5	2,00	1,00
18.	koperek	peczek	0,1	5	2,00	10,00
19.	ryż	kg	0,08	4	3,00	12,00
20.	olej słoneczny	kg	0,006	0,3	6,00	1,80
21.	marchars	kg	0,15	7,5	2,00	15,00
22.	jabłko	kg	0,1	5	2,00	10,00
23.	zajurt owocowy	opakowanie	1	50	1,00	50,00
24.	pastet drobiowy	kg	0,06	3	10,00	30,00
25.	sałata	głęboka	0,04	2	3,00	6,00
26.	herbata miętowa	kg	0,002	0,1	20,00	2,00
27.	przyprawy: sól, cukier, do smaku dyniamen, papryka					
Razem:						404,55 zł

Koszt całkowity 50 zestawów wynosi : 404,55 zł
3% rabat wynosi : 12,14 zł
Koszt całkowity 50 zestawów z 3% rabatem : $404,55 \text{ zł} + 12,14 \text{ zł} =$ $= 416,69 \text{ zł}$
Koszt jednostkowy wynosi : $416,69 \text{ zł} : 50 = 8,33 \text{ zł}$
Komentarz:
Dzienna stawka żywieniowa dla jednej osoby wynosi 8,50 zł.
Z obliczeń wynika, że jednostkowy koszt wynosi 8,33 zł.
Wyliczenia zostały prawidłowo wykonane.

Przykład 2

2. Sporządzić zapotrzebowanie na surowce i półprodukty mierzalne do przygotowania 50 zestawów posiłków zaplanowanych w jadłospisie na dietę Tabela standardowa oraz kalkulację kosztu żywienia jednej osoby, z uwzględnieniem 3% rabatu na przygotowywanie.

Lp.	Zapotrzebowanie na surowce i półprodukty		Kalkulacja kosztów		
	Nazwa surowca/ półproduktu	Jedn. miary	Ilość na 50 zestawów	Cena jednostkowa (zł)	Koszt (zł)
1	Mleko 2%	l	13,50	2,00	27,00
2	Kasza jęczmienna	kg	2,50	2,00	5,00
3	jablko	szt.	110,00	0,40	44,00
4	Makro	kg	0,75	16,00	12,00
5	Patka pietruszki	kg	4,00	2,00	8,00
6	Chleb pszenny	kg	10,00	4,00	40,00
7	Herbata owocowa	kg	0,10	30,00	3,00
8	Cukier	kg	1,25	3,00	3,75
9	Włoszczyzna	kg	4,00	3,00	12,00
10	Bimaki	kg	5,00	3,00	15,00
11	Siemnaki	kg	5,00	2,00	10,00
12	Fasolka szparanowa	kg	2,50	6,00	15,00
13	koncentrat pomidor.	kg	0,25	8,00	2,00
14	Śmietanka 12%	kg	1,00	6,00	6,00
15	Mięso z kurczaka	kg	5,00	12,00	60,00
16	bulka ciętka	kg	1,00	4,00	4,00
17	Makro	kg	0,50	2,00	1,00

18	koperek	kg	5,00	2,00	10,00
19	piż	kg	4,00	3,00	12,00
20	olej sojowy	kg	0,30	6,00	1,80
21	Marchew	kg	7,50	2,00	15,00
22	jablko	kg	5,00	2,00	10,00
23	powit. owarowy	opak.	5,00	1,00	5,00
24	poszet. drożdżowy	kg	3,00	10,00	3,00
25	Sól	opak.	2,00	3,00	6,00
26	Herbata miętowa	kg	0,10	2,00	2,00
Suma					404,55
Ryczałt 3%					12,14
Razem					416,69
Koszt jednostkowy					8,33
Dzienna stawka żywieniowa miała wynosić 8,50 zł.					
Z moich obliczeń wynika, że stawka ta wynosi 8,33 zł, zatem					
jakośpis jest prawidłowo zaplanowany					

4. Kalkulacja kosztów żywienia jednej osoby z uwzględnieniem 3% ryczału na przyprawy oraz porównanie otrzymanego wyniku kalkulacji z założonym kosztem żywienia wraz z komentarzem

Obszar ten najczęściej zdający opracowywali z wykorzystaniem propozycji wzoru tabeli 2 bądź w formie tabeli łącznie z zapotrzebowaniem surowcowym.

Wartości surowców obliczane były najczęściej w odniesieniu do 50 zestawów, choć nie zawsze dla 26 surowców. Uczniowie obliczali koszt jednostkowy żywienia z uwzględnieniem ryczału, choć często wartość jego była inna i wynikała z błędów wcześniej popełnionych.

Zdający w większości przypadków porównywali otrzymany wynik kalkulacji z założonym kosztem żywienia i zamieszczali krótki komentarz.

Przykład 1

(4) Kalkulacja jednostkowego kosztu żywienia konsumenta.

№	Nazwa surowca, półproduktu, produktu	Ilość na 50 zestawów (w jednostce zakupu towaru)		Cena jednostkowa (1 zł)	Wartości (2 zł)
1	mleko 2%	18,50	litrow	2,00	27
2	kasza jęczmień	2,50	kg	2,00	5
3	jajo	110	sztuk	0,40	44
4	masło	0,75	kg	16,00	12
5	matka mleczarski	4	paczki	2,00	8
6	chleb pszenny	10	kg	4,00	40
7	herbata owocowa	0,10	kg	30,00	3
8	cukier	1,25	kg	3,00	3,75
9	włoszczyzna	4	kg	3,00	12
10	buraki	5	kg	3,00	15
11	ziemniaki	5	kg	2,00	10
12	fasolka szparagowa	2,50	kg	6,00	15
13	koncentrat pomidorowy	0,25	kg	8,00	2
14	śmietanka 12%	1	kg	6,00	6
15	mięso z kurczaka	5	kg	12,00	60
16	bulka czarna	1	kg	4,00	4
17	mąka	0,50	kg	2,00	1
18	kaperek	5	paczek	2,00	10
19	ryż	4	kg	3,00	12
20	olej słoneczny	0,30	kg	6,00	1,80
21	marchew	7,5	kg	2,00	15
22	jabłko	5	kg	2,00	10
23	cebulka czarna	50	opakowań	1,00	50
24	masło drożdżowe	3	kg	10,00	30
25	sałata	2	paczki	3,00	6
26	herbata miętowa	0,10	kg	20,00	2
				Suma :	404,55
				ryczałt 3% :	12,14
				razem :	416,69
				Koszt jednostkowy :	8,33

Ustalona dzienna stawka żywieniowa dla jednej osoby wynosi 8,50 zł. Wyznaczony jednostkowy koszt żywienia przypadający na 1 osobę wynosi 8,33 zł, a więc jest niższy o 0,17 groszy od ustalonej stawki żywieniowej.

Koszt jednostkowy 1 zestawu posiłków wynosi:
 $416,60 \text{ zł} : 50 \text{ osób} = 8,33 \text{ zł}$
Koszt jednostkowy 1 zestawu posiłków wynosi 8,33 zł.
KOMENTARZ: Dzienna stawka żywienia dla 1 osoby wynosi 8,50 zł.
Z obliczeń, które przeprowadziłem wynika, że 1 zestaw posiłków dla 1 osoby wynosi 8,33 zł czyli nie mieści się w założeniu, różnica ta wynosi 0,17 zł.

5. Ocena jakości jadłospisu pod względem zawartości cholesterolu wraz z komentarzem oraz propozycją modyfikacji diety.

Ocena jakości żywienia nie sprawiała zdającym większych trudności – poprawnie wyliczano zawartość cholesterolu, a błędy rachunkowe zdarzały się sporadycznie. Zdarzały się prace, w których pomimo prawidłowych obliczeń brakowało odniesienia do dziennego zapotrzebowania na cholesterol.

Największym problemem było zaproponowanie modyfikacji diety. Najczęściej zdający zalecali tylko ograniczenie spożycia jaj lub proponowali ich zastąpienie produktem zalecanym w diecie niskocholesterolowej. Rzadko pojawiały się propozycje zastąpienia tłuszczu zwierzęcego, pasztetu drobiowego innym produktem zalecanym w ww. diecie.

Przykład 1

5. Ocena jakości jadłospisu pod względem zawartości cholesterolu.

Lp	nazwa składka / półproduktu	ilość w jadłospisie dla 1 pacjenta (g)	zawartość cholesterolu (mg) na 100g	Obliczenia
1.	mleko 2%	270	8	$270g \cdot 8mg : 100g = 216m$
2.	jaja	110	360	$110g \cdot 360mg : 100g = 396m$
3.	mięso	15	248	$15g \cdot 248mg : 100g = 37,2m$
4.	śmietanka 12%	20	39	$20g \cdot 39mg : 100g = 7,8m$
5.	mięso z kurczaka	100	75	$100g \cdot 75mg : 100g = 75m$
6.	Jogurt owocowy	150	6	$150g \cdot 6mg : 100g = 9mg$
7.	pasztecik drobiowy	60	58	$60g \cdot 58mg : 100g = 34,8m$
8.	powiatki sardynki no slinne	-	0	-
				razem 581,4 mg

KOMENTARZ:

1. Zawartość cholesterolu w ~~podanej~~ podanej sardynkach / półproduktach wchodzących w skład jadłospisu wynosi 581,4 mg.
2. Zawartość cholesterolu jest przekroczona o 281,4 mg; możemy zatem powiedzieć, że jadłospis ten jest nieprawidłowo ułożony.
3. Oto moja propozycja modyfikacji jadłospisu:
 - 1) jajecznica przygotować tylko z 1 jajka → eliminacja 180 mg cholesterolu,
 - 2) zjeździłować z mięsa i zastąpić go margaryną (nie zawiera cholesterolu) → eliminacja 37,2 mg cholesterolu,
 - 3) zjeździłować z pasztecik drobiowego i zastąpić go jajką o niskotłuszczowej kieling → odpada 34,8 mg cholesterolu
 - 4) do pulpetów wziąć tylko 1/2 przekrojonego mięsa z kurczaka → odpada 37,5 mg cholesterolu.

Jak więc:

$$581,4 \text{ mg} - 180 \text{ mg (1 jajko)} - 37,2 \text{ mg (mięso)} - 34,8 \text{ mg (pasztecik)} - 37,5 \text{ mg (1/2 ~~mięsa~~ mięsa z kurczaka)} = 291,9 \text{ mg cholesterolu}$$

Po odjęciu tych kilku produktów pozostaje 291,9 mg cholesterolu → tenaz zawartość cholesterolu mieści się w normie.

Przykład 2

5. Sporządzam ocenę jakości jadłospisu pod względem zawartości cholesterolu wraz z komentarzem oraz propozycją modyfikacji diety. (Korzystam z załączników nr 1,3,4).

Lp	Nazwa surowca półproduktu, produktu	Ilość w jadłospisie dla 1 pacjenta (g)	Zawartość cholesterolu (mg)	
			w 100 g produktu	w porcji
1.	mleko 2%	210	8	21,6
2.	jajo	110	360	39,6
3.	masło	15	248	37,2
4.	śmietanka 12%	20	39	7,8
5.	mięso z kurczaka	100	75	7,5
6.	Jogurt owocowy	150	6	9
7.	pozostałe owoce	60	58	34,8
8.	pozostałe surowce roślinne	-	0	0

Razem : 581,4 mg

Komentarz:

Dzienne spożycie cholesterolu nie powinno przekraczać 300mg.

Z obliczeń wynika, że cholesterol w wybranych surowcach, półproduktach i produktach wynosi 581,4 mg.

W jadłospisie, aby zmniejszyć zawartość cholesterolu w potrawach, należy ~~zobaczyć~~ zmniejszyć ilość jaj, a najlepiej wykluczyć w ogóle z jadłospisu i zastąpić np. warzywami, owocami. Można także zastąpić masło np. margaryną, olejka roślinna.

6. Wykaz zastawy stołowej potrzebnej do ekspedycji obiadu dla 50 osób, wraz z jej przeznaczeniem

Zdecydowana większość zdających poprawnie wykonała to polecenie. Zdarzały się prace, gdzie zdający na pamięć o tym, aby poszczególne elementy zastawy przyporządkować do poszczególnych potraw.

Przykład 1

6. Wykaz zastawy stołowej potrzebnej do ekspedycji obiadu dla 50 osób, wraz z jej przekształceniem.

Nazwa posiłku	Nazwa potrawy	Zastawa stołowa	liczba zastawy stołowej
C	Zupa: barszcz ukraiński	talera gładki do zupy	1 szt x 50 osób = 50 szt
		łyżka duża do zupy	1 szt x 50 osób = 50 szt
B	Danie zasadnicze: pulpety + ryba na syfko + sos koperkowy + marchew oprószone	talera do dania zasadniczego	1 szt x 50 osób = 50 szt
		widelce do dania zasadniczego	1 szt x 50 osób = 50 szt
I		nóż do dania zasadniczego	1 szt x 50 osób = 50 szt
A	Deser: kompot z jabłek	taleryki szklane deserowe	1 szt x 50 osób = 50 szt
		kompotierka	1 szt x 50 osób = 50 szt
D		widelczyk do owoców	1 szt x 50 osób = 50 szt

Przykład 2

6. Sporządzam wykaz zastawy stołowej potrzebnej do ekspedycji obiadu dla 50 osób, wraz z jej przekształceniem.
(Korzystam z załącznika nr 1)

Barszcz ukraiński	- 50 talerzy gładkich
	- 50 łyżek stołowych do zupy
Pulpety, sos koperkowy, ryba na syfko, marchew oprószone	- 50 talerzy płaskich talerzy do dania zasadniczego
	- 50 noży
	- 50 widelców
Kompot z jabłek	- 50 talerzy szklanych
	- 50 kompotierki

7. Wykaz metod i technik wykonania potraw wchodzących w skład obiadu.

Opis metod i technik wykonania potraw miał różne formy – tabele, opisy, schematy. Ten element pracy egzaminacyjnej przysporzył najwięcej problemów.

Często zdający pomijali dokładne czynności wchodzące w zakres obróbki wstępnej brudnej i czystej np. obróbka brudna natki pietruszki, jaj, mięsa, rozdrabnianie składników barszczu (najczęściej fasoli).

Zdający rzadko gotowali wywar z włoszczyzny przy produkcji pulpetów, a dodawali ją do masy mielonej i najczęściej gotowali je w wodzie bądź smażyli. Błędy pojawiały się również w przygotowaniu marchwi oprószonej, która była smażona; kompotu (rzadko gotowano syrop) i zagęszczaniu sosu. Zdarzało się, że zdający pomijali niektóre czynności przy sporządzaniu potraw i używali niewłaściwej terminologii.

Przykład 1

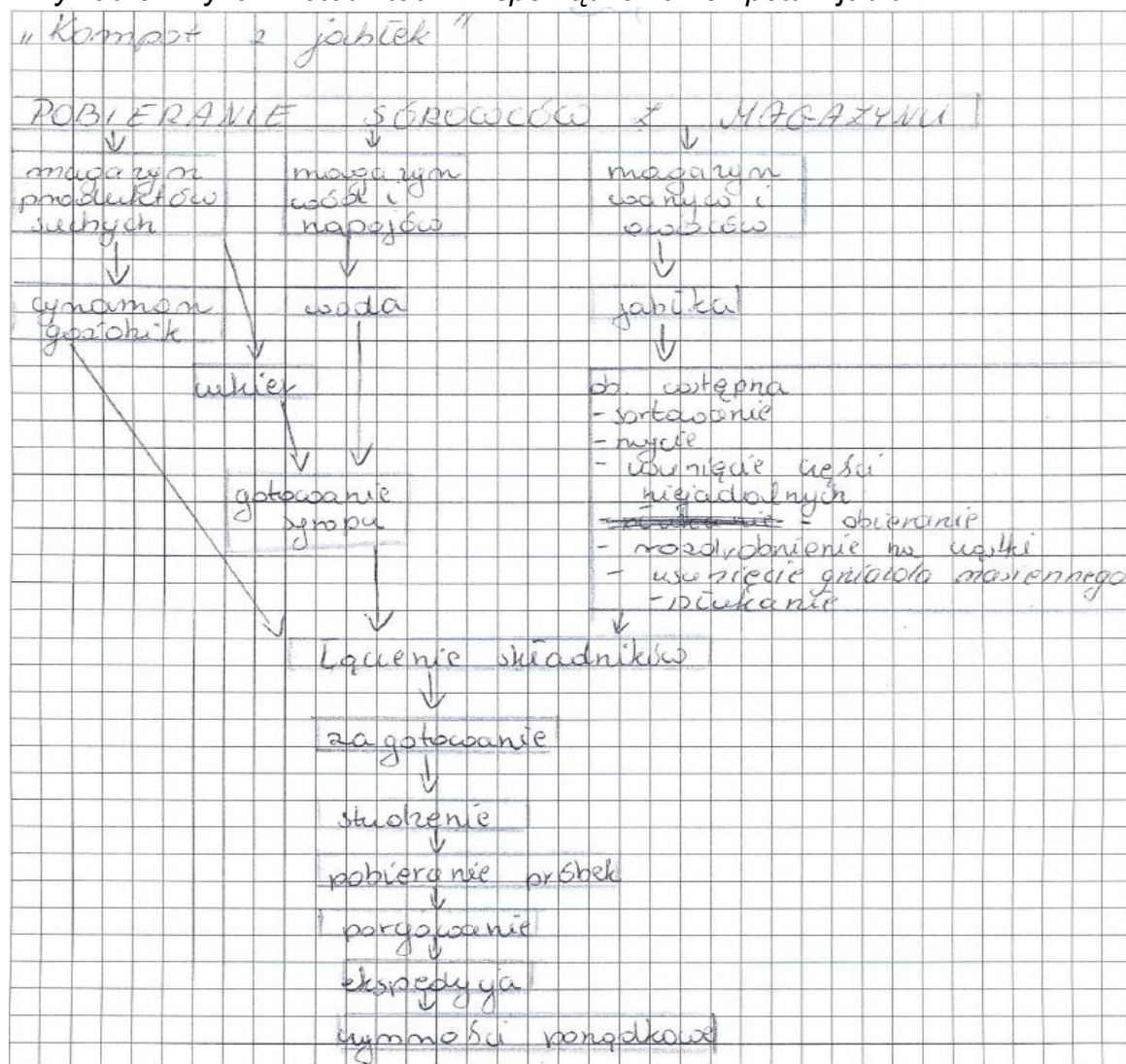
7. Sporządzam wykaz metod i technik wykonania potraw pochodzących ze świąd obiadu (korzystam z zefirnika nr 1)

Nazwa potrawy	Metoda	Technika wykonania
Bureczki ukraińskie	gotowanie	Przeprowadzam obróbkę wstępną (brudną i czystą) masy: mycie, osuszenie, wstępną obróbkę ziemniaków, fasolki sparagowej, natki pietruszki (mycie, osuszenie, płukanie, rozdrobnienie). Do gotujemy masę od zimnej wody, wstawiamy mrożone, gotujemy buraki. Gotujemy masę od zimnej wody, wstawiamy wstępną mę i fasolkę sparagową. Na goty masę się przygotowuje wstępną buraki, następnie ziemniaki. Gotować do miękkości ziemniaków dodać koncentrat, a następnie smietankę. Po wyparowaniu posypać natką pietruszką.
Pulpety	gotowanie	Przeprowadzam obróbkę wstępną (brudną i czystą) wstępną (mycie, osuszenie, płukanie, rozdrobnienie) wstępną gotuję od zimnej wody. W tym samym czasie przeprowadzam obróbkę wstępną (brudną i czystą) mięsa z kurczaka (mycie, osuszenie, płukanie, rozdrobnienie). Mięso mielę przez maszynkę dodając bulwę, marmosadę i mleko, jaję, masę i smażę. Formuję w kuleczki i wrzucam do wywaru. Gotować.
Marchewki oporóska	gotowanie	Przeprowadzam obróbkę wstępną (brudną i czystą) masy (mycie, osuszenie, płukanie, rozdrobnienie). Do ciepłej wody z olejem dodajemy marchewki. Gotujemy do wygotowania z wody oporóska masę.
Kompot z jabłek	gotowanie	Przeprowadzam obróbkę wstępną (brudną i czystą) jabłek (mycie, osuszenie, płukanie, rozdrobnienie). Sporządzam syrop z wody i cukru. Po wrzuceniu syropu wrzucam jabłka, gotuję trochę, następnie dodaję cytrynę i goździki.

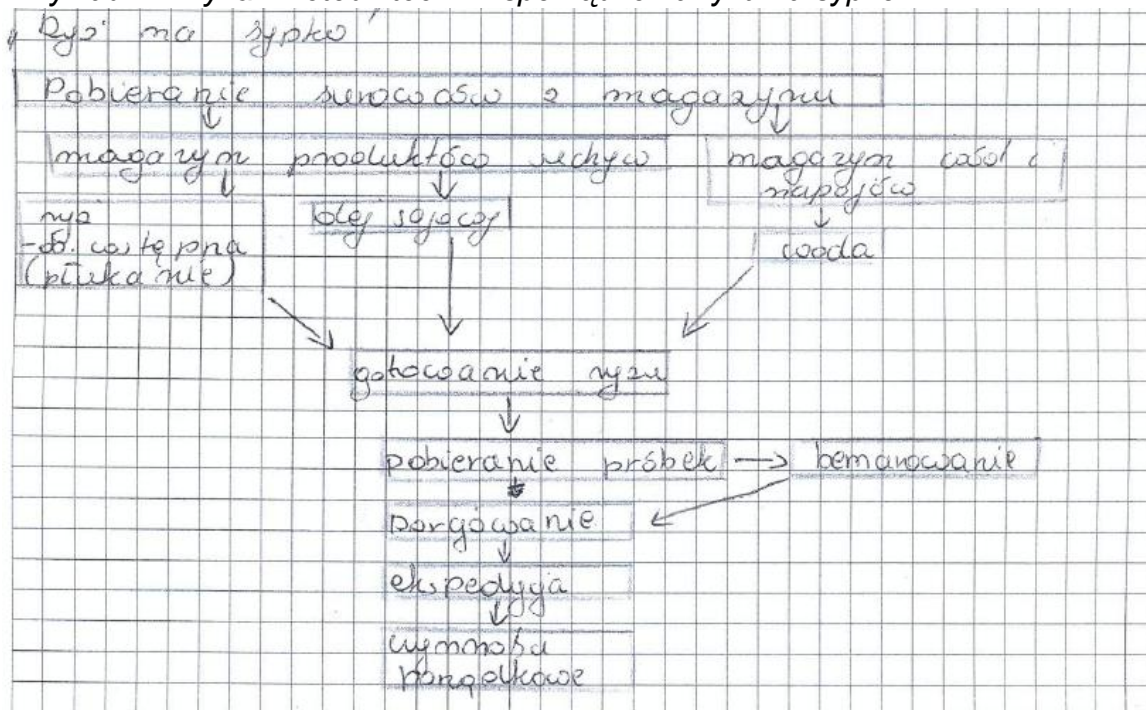
Przykład 2 – wykaz metod i technik sporządzenia pulpetów.

PULPETY		
obrobka wstępna brudna cyfła	mięso chleb	umyc, obrać, opłukać, rozdrobnić
	chleb mleko	chleb namoczyć w mleku, odcisnąć
	jajo	umyc, osuszyć, roztrzaskać, wyjąć, sprządzić świeżość,
	masło	przebrać
	mięso z kwaśną	umyc, osuszyć, zmiętać przez maszynkę 3 razy przez 2 namoczone, odcisnąć, butelkę, przetrzeć z ręką tabletkami, formowanie półproduktu, obtoczenie w mące
obrobka ciężka ciężka; gotowanie	mięso	wodnym kąpieli od zimnej wody, pod przykryciem, gdy lekko będzie miękkie, wyjąć, i gotować pulpety do miękkości, wyjąć, przebrać

Przykład 3 - wykaz metod i technik sporządzenia kompotu z jabłek.



Przykład 4 - wykaz metod i technik sporządzenia ryżu na sypko.



8. Praca egzaminacyjna jako całość.

Większość prac egzaminacyjnych była poprawna merytorycznie, napisana językiem właściwym dla zawodu. Treści były logicznie uporządkowane,