



## **Układanie receptur i jadłospisów w żywieniu zbiorowym dzieci i młodzieży - szkolenie warsztatowe, doskonalące**

**Szkolenie online**

TERMIN SZKOLENIA: 3 kwietnia 2024 r. 08:00-15:00

CENA: 315 zł netto za uczestnika  
520 zł netto za 2 osoby

- zajęcia prowadzone on-line, za pomocą specjalnej platformy internetowej, umożliwiającej komunikację pomiędzy wykładowcą a uczestnikami, pozwalającej także na zadawanie pytań wykładowcy w formie chatu,
- uczestnicy przed szkoleniem otrzymają na wskazane w karcie zgłoszeniowej adresy e-mail zaproszenia wraz z linkami do wirtualnego pokoju, w którym będą mogli wziąć udział w szkoleniu,
- platforma szkoleniowa na której odbywają się zajęcia jest dostępna przez przeglądarkę internetową w dowolnym komputerze lub przez aplikację w smartfonie.

### **PROWADZĄCY:**

Od 2007 roku trener i auditor w obszarze bezpieczeństwa żywności i żywienia. Posiada specjalizację z mikrobiologii, ukończyła studia podyplomowe z zarządzania jakością, dietetyki i planowania żywienia. Autorka licznych publikacji dotyczących organizacji żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży oraz osób dorosłych m.in.: Jadłospisy dla dzieci w wieku żłobkowym, Jadłospisy dla dzieci w wieku przedszkolnym, Jadłospisy dla dzieci szkolnych, Żywienie osób dorosłych, ze szczególnym uwzględnieniem żywienia osób starszych. Od lat była związana z Inspekcją Sanitarną, pełnomocnik systemu bezpieczeństwa żywności w dużym zakładzie wytwarzającym żywność pochodzenia zwierzęcego, audytor systemów zarządzania, w tym systemu zarządzania bezpieczeństwem żywności. Autor licznych publikacji poświęconych tematyce HACCP m.in.: HACCP w żłobku i przedszkolu, HACCP w szkole, HACCP dla zakładów żywienia zbiorowego. Specjalizuje się w komponowaniu jadłospisów oraz szkoleń dla placówek żywienia zbiorowego dzieci, młodzieży i osób dorosłych- w tym żłobki, przedszkola, szkoły podstawowe i ponadpodstawowe, szpitale, DPS. Zajmuje się również opracowaniem dokumentacji HACCP dla placówek żywienia zbiorowego. Swoje bogate doświadczenie zawodowe zawdzięcza tysiącom uczestnikom szkoleń, które przez lata zaufały jej doświadczeniu biorąc udział w szkoleniach. Dodatkowo autorka aplikacji do planowania żywienia i prowadzenia magazynu spożywczego KCALKulator żywieniowy.

### **DLA KOGO:**

Zakładów żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży oraz osób dorosłych

- dyrektorów żłobków, przedszkoli, szkół podstawowych i ponadpodstawowych,
- dyrektorów placówek prowadzących zakłady żywienia zbiorowego osób dorosłych (DPS, **zakładów pielęgnacyjno-opiekuńczych, uzdrowisk, sanatoriów, szpitali, domów seniora itp.**),
- dietetyków, intendentów, kucharzy zatrudnionych w ww. placówkach.
- właścicieli firm cateringowych,
- pracowników organów prowadzących przedszkola i szkoły (urzędów miast, gmin, jednostek obsługujących placówki oświatowo-wychowawcze),
- pracowników wojewódzkich i powiatowych stacji sanitarno-epidemiologicznych.

### **MATERIAŁY SZKOLENIOWE BĘDĄ ZAWIERAĆ:**

- Zestaw norm żywienia z 2020 r.



- Aktywne pliki Excel umożliwiające wyliczanie średniej ważonej normy na energię i norm na składniki odżywcze.
- Zestaw wzorcowych gramatur.
- Przykładowe receptury na dania dla dzieci.
- Przykładowe zbilansowane jadłospisy dla różnych grup wiekowych.
- Listy składników środków spożywczych dozwolonych i niedozwolonych do stosowania w żywieniu zbiorowym dzieci i młodzieży.
- Tabela z wielkością odpadków pomiędzy produktem rynkowym a produktem jadalnym.
- Prezentację i materiały dotyczące każdego punktu programu szkolenia.

## **PROGRAM:**

### **1. Tworzenie i aktualizacja receptur:**

- zasady układania receptur: kto tworzy receptury, w jakim celu, współdziałanie intendenta i kucharza,
- różnica pomiędzy recepturą żywieniową a technologiczną, wraz z prezentacją przykładów
- zasady aktualizacji receptur,
- ułożenie przykładowych receptur (receptury na zupy mleczne, pasty, napoje mleczne, kompot, zupy obiadowe, dania mięsne, surówki, desery itp.),
- przeliczanie wartości odżywczej na podstawie receptur.

### **2. Układanie jadłospisów:**

- zasady układania jadłospisów,
- zakres informacji, które muszą być zaprezentowane na jadłospisie,
- okres przechowywania etykiet, receptur i jadłospisów,
- przeliczanie wartości odżywczej racji pokarmowych.

### **3. Wzorcowe gramatury dla różnych grup wiekowych dzieci.**

### **4. Warsztaty rozpoznawania, które środki spożywcze mogą być stosowane w żywieniu zbiorowym dzieci.**

Na szkoleniu uzyskasz odpowiedzi na następujące pytania:

- Ile maksymalnie można zastosować soli i cukru w żywieniu różnych grup wiekowych. Jaka sól jest najlepsza do żywienia dzieci. Czym można zastąpić cukier.
- W jaki sposób rozpoznawać chemiczne e-dodatki, sztuczne aromaty i barwniki na podstawie wykazu składników z etykiety. Czy istnieją naturalne i bezpieczne dodatki do żywności, które mogą znaleźć się w produktach dla dzieci.
- Czy wyliczanie ilości kcal, węglowodanów, białek, tłuszczów, składników i witamin jest obowiązkowe? Czy wyliczanie wartości odżywczej dotyczy receptur czy jadłospisów. Czy wyliczanie wartości odżywczej dotyczy wyłącznie diety podstawowej czy także diet leczniczych i eliminacyjnych.
- Czy możemy żądać od rodzica zaświadczenia lekarskiego dotyczącego alergii lub nietolerancji pokarmowej dziecka.
- Czy jesteśmy zobowiązani do przygotowywania diet wegetariańskich, leczniczych, eliminacyjnych.
- Czy można gotować zupy na kościach i porcjach rosołowych.
- Czy można zamrażać produkty.
- Czy można używać mrożonek.
- Czy można zamawiać gotowe wyroby garmazeryjne, np. chłodzone lub mrożone pierogi, kluski itp.
- Czy można podawać dzieciom produkty z puszek.

## Ośrodek Wspierania Administracji Lokalnej

OWAL S.C 16-002 Dobrzyniewo Duże ul. Klubowa 2

NIP: 966-209-15-26 Regon: 200837306

tel. 795 900 011 fax 22 350 77 47 www.owal.edu.pl biuro@owal.edu.pl



OWAL  
. E D U . P L

- Na ile dni powinien być ułożony jadłospis.
- Czy produkty, które są wydawane z programów dla szkół np. owoce, mleko, można wliczyć do wartości odżywczej posiłków przygotowywanych przez kuchnię.
- Czy można wydawać zupę z wazy.
- Czym powinno zabielać się zupy.
- Jakie masło jest najlepsze dla dzieci.
- Czy różni się gramatura netto od gramatury brutto. Jak wyliczyć z receptury/jadłospisu całkowitą ilość produktu do zamówienia.
- Jakie produkty spożywcze muszą się znaleźć w śniadaniu, II śniadaniu, obiedzie i kolacji.
- Czy osmażanie jest traktowane jako smażenie.
- Dlaczego żywienie dzieci w żłobku wymaga zastosowania innych składników niż żywienie dzieci w przedszkolu.
- Jak połączyć żywienie dzieci w wieku żłobkowym i dzieci w wieku przedszkolnym.
- Jak zwiększać wielkości porcji między różnymi wiekowo grupami żywieniowymi – „gotowanie w jednym kotle”.
- Jak często, w jaki sposób i na jakich zasadach wyliczać średnią ważoną normę żywienia.
- Jaki należy ustalić % realizacji normy dziennej w żłobku, przedszkolu i szkole, czy za brak realizacji normy żywienia można być ukaranym.
- Jaka jest zalecana liczba posiłków w żywieniu całodziennym oraz żłobku, przedszkolu, szkole.
- Jakie są zalecane ilości wody/napojów w żywieniu dzieci.

# Ośrodek Wspierania Administracji Lokalnej

OWAL S.C 16-002 Dobrzyniewo Duże ul. Klubowa 2

NIP: 966-209-15-26 Regon: 200837306

tel. 795 900 011 fax 22 350 77 47 www.owal.edu.pl biuro@owal.edu.pl



**OWAL**  
E D U . P L

Koszt uczestnictwa w szkoleniu: **315 zł netto za uczestnika, 520 zł netto za 2 osoby**  
**Cena zawiera:** materiały szkoleniowe oraz zaświadczenie o ukończeniu szkolenia przesyłane na maila.  
*Rezygnacji można dokonać mailem lub telefonicznie na 2 dni robocze przed planowanym terminem szkolenia.*

*W przypadku rezygnacji ze zgłoszonego uczestnictwa po tym terminie ośrodek może obciążyć instytucje delegujące kosztami ww. szkolenia.*

## KARTA ZGŁOSZENIA UCZESTNICTWA W SZKOLENIU

<b>Dane do faktury:</b>	Wypełnioną kartę proszę przesłać faxem na numer: <b>22 350 77 47</b> lub <b>85 87 42 196</b> lub mailem na adres: <b>sломka@owal.edu.pl</b>  <b>Opiekun szkolenia:</b> Konrad Słomka 795 900 011
Nabywca: .....	
Adres: .....	
.....NIP: .....	
Odbiorca (opcjonalnie): .....	
.....	
Adres: .....	
.....	

### Zgłaszamy udział następujących osób w szkoleniu:

Imię i nazwisko	Wydział	e-mail uczestnika	Telefon (do kontaktu w czasie szkolenia)

\_\_\_\_\_  
Podpis osoby zgłaszającej uczestników szkolenia

### Oświadczenie na potrzeby zwolnienia z podatku VAT

Oświadczam, że szkolenie dla wyżej wymienionych pracowników ma charakter usługi kształcenia zawodowego/przekwalifikowania zawodowego oraz że jest finansowane ze środków publicznych:

- w całości - zgodnie z treścią art. 43 ust. 1 pkt. 29c ustawy o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2018, poz. 2174 z późn. zm.) lub
- w co najmniej 70% - zgodnie z treścią par. 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z 2015 r., poz. 736).

\_\_\_\_\_  
Podpis osoby upoważnionej do zaciągania zobowiązań w imieniu zgłaszającego



## Informacja dotycząca ochrony danych osobowych

- Informujemy, że administratorem powyższych danych osobowych jest spółka OWAL s.c.
- Dane osobowe zostały przekazane dobrowolnie i będą przetwarzane wyłącznie w celu przesłania zainteresowanemu informacji o usłudze.
- Twoje dane osobowe nie będą udostępniane odbiorcom danych. Jako osoba, której dane dotyczą masz prawo dostępu do treści swoich danych oraz ich poprawiania.
- Masz prawo do wycofania zgody w dowolnym momencie, przy czym cofnięcie zgody nie ma wpływu na zgodność przetwarzania, którego dokonano na jej podstawie przed cofnięciem zgody.
- Dane osobowe będą przetwarzane aż do ewentualnego wycofania przez Ciebie zgody na przetwarzanie danych.
- Podanie danych jest dobrowolne, ale konieczne w celu prowadzenia marketingu.
- Masz prawo dostępu do Twoich danych osobowych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, prawo do przenoszenia danych oraz prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego.

## Oświadczenia dotyczące danych osobowych

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celach marketingowych zgodnie z art. 6 ust. 1 RODO. Zostałem/zostałam poinformowany/a, że wyrażenie zgody jest dobrowolne oraz że mam prawo do wycofania zgody w dowolnym momencie, a wycofanie zgody nie wpływa na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na jej podstawie przed jej wycofaniem.

---

*podpis składającego oświadczenie*

Wyrażam zgodę na otrzymywanie od OWAL s.c. informacji handlowej za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej, zgodnie z ustawą o świadczeniu usług drogą elektroniczną z dnia 18 lipca 2002 roku (Dz.U. z 2002 roku, Nr 144, poz. 1204 ze zm.)

---

*podpis składającego oświadczenie*