



## 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

<b>Kategoria</b>	Techniczne / Pozostałe techniczne
<b>Grupa docelowa usługi</b>	<p>Grupę docelową usługi stanowią:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>* osoby dorosłe, które z własnej inicjatywy chcą podnieść swoje umiejętności /kompetencje / kwalifikacje,</li><li>* osoby chcące zdobyć i opanować wiedzę wraz z umiejętnościami niezbędnymi do pracy na stanowisku kucharza zarówno małej, jak i dużej gastronomii,</li><li>* osoby pracujące w gastronomii chcące potwierdzić swoje kwalifikacje.</li></ul>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	1
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	5
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	17-07-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	114
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

## Cel

### Cel edukacyjny



# Kwalifikacje

## Kwalifikacje włączone do Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji

<b>Kwalifikacje</b>	Sporządzanie potraw i napojów
<b>Kod kwalifikacji zarejestrowanej w ZRK</b>	13634
<b>Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację</b>	Izba Rzemieślnicza
<b>Nazwa Podmiotu certyfikującego</b>	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.	<p>Zajęcia praktyczne: zasady racjonalnej gospodarki surowcami,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- posługiwanie się dokumentacją obowiązującą w zakładzie gastronomicznym,</li> <li>- obróbka wstępna surowców i warzyw,</li> <li>- rozdrabnianie warzywa,</li> <li>-- sporządzanie surówek,</li> <li>-- sporządzanie potrawy z warzyw i owoców,</li> <li>- sporządzanie potraw z mleka i jego przetworów,</li> <li>- sporządzanie potrawy z jaj.</li> <li>- wykorzystanie właściwości jaj przy sporządzaniu potraw,</li> <li>- sporządzanie potrawy z mąki i kasz,</li> <li>- zagęszczanie potraw,</li> <li>- sporządzanie określonych rodzajów zup,</li> <li>- dobranie sosów do potraw,</li> <li>- sporządzanie potraw jarskich,</li> <li>- sporządzanie potrawy półmięsnych,</li> <li>- dobieranie części tusz zwierzęcych do odpowiednich potraw.</li> <li>- sporządzanie potraw z mięsa, podrobów, drobiu i ryb,</li> <li>- sporządzanie masy mielonej z mięsa, drobiu i ryb,</li> <li>- sporządzanie posiłków dla dzieci i młodzieży w żywieniu w przedszkolach i szkołach (przykładowe jadłospisy)</li> <li>- dobieranie dodatków do potraw,</li> <li>- sporządzanie ciast słodkich różnymi technikami,</li> <li>- sporządzanie deserów,</li> <li>- sporządzanie i dekorowanie zakąsek,</li> <li>- sporządzanie potraw kuchni regionalnych i narodowych,</li> <li>- sporządzanie potrawy dietetyczne,</li> <li>- dekorowanie potraw;</li> <li>- nakrywanie stołów do posiłków codziennych i okolicznościowych,</li> </ul>	-	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
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	5 100,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	5 100,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	44,74 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	44,74 PLN
<b>W tym koszt walidacji brutto</b>	1 500,00 PLN
<b>W tym koszt walidacji netto</b>	1 500,00 PLN
<b>W tym koszt certyfikowania brutto</b>	0,00 PLN
<b>W tym koszt certyfikowania netto</b>	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](mailto:biuro@szkoleniaproxima.pl)

**Telefon** (+48) 602 319 852