ERNÄHRUNG UND GESUNDHEIT

Wahlpflichtfächer-gruppe IIIb

LIEBE SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER, LIEBE ELTERN!

Aufgrund der aktuellen Situation findet die Fachvorstellung Ernährung und Gesundheit durch diese Präsentation statt.

Ernährung und Gesundheit sind die Basis für eine gute Work-Life-Balance

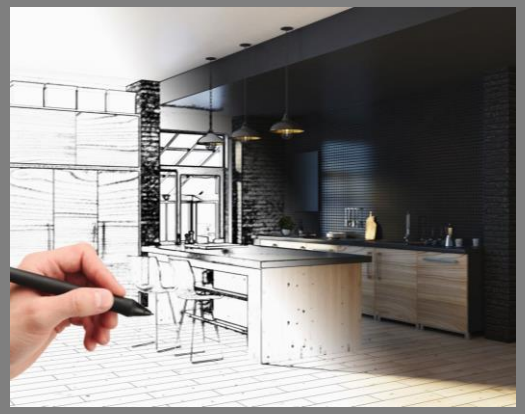
Im Alltag geht das Gespür für einen gesunden Lebensstil oft verloren.

Im Wahlpflichtfach IIIb lernst du alle wichtigen Aspekte in Theorie und Praxis, welche für ein ausgewogenes und bewusstes Leben wichtig sind.

Diese Inhalte warten auf dich

Speisen zubereiten – Genuss empfinden
Nachhaltige Ernährung
Den Nährstoffen auf der Spur
Gesund bleiben – bewusst leben

Wenn Essen krank macht
Stilvoll tafeln
Modern wohnen und leben
Clever Organisieren



Das wartet danach auf dich

Sozialer Bereich:
Erzieher/in, Kinderpfleger/in, Heilerzieher/in, Alten-/Krankenpfleger/in

Gastronomie:
Koch/Köchin, Catering, Hotelfach, Diätassistent/in

Weiterführende Schulen

FOS/BOS Gesundheit Passau
HOT Grafenau (Tourismusmanagement)
Fachakademie Vilshofen

Es warten auch viele andere Möglichkeiten auf dich!

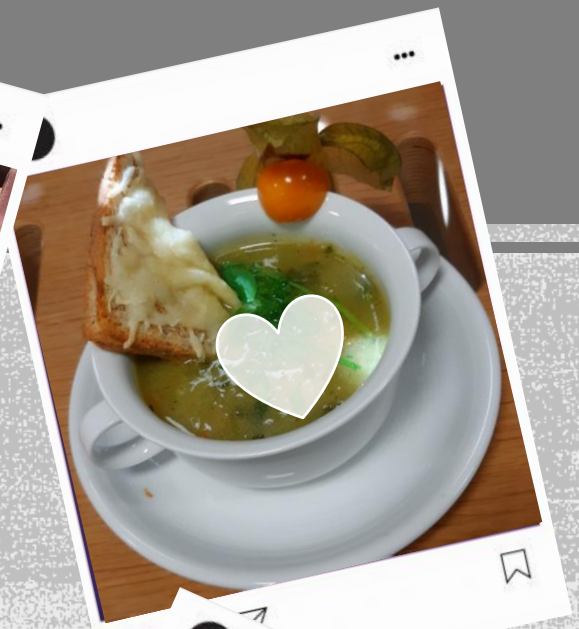
Umfang und Aufbau

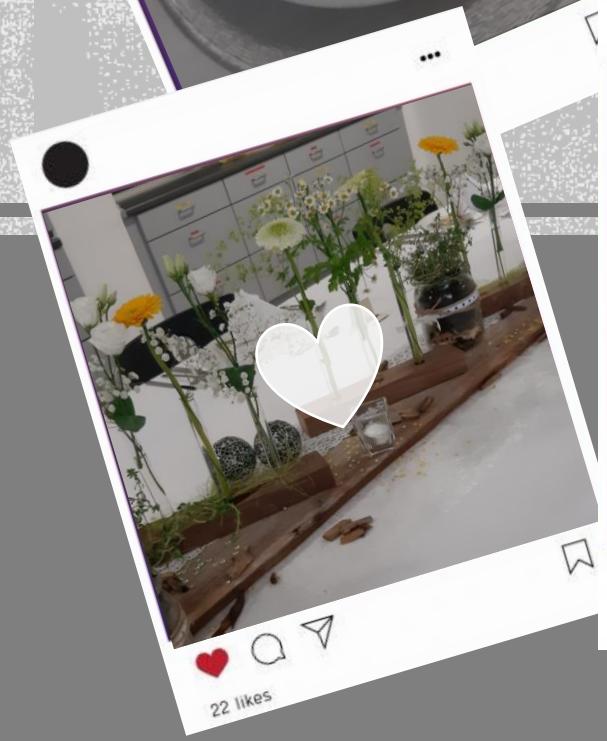
7. Klasse	3 Wochenstunden, 2 schriftliche, 1 praktische Schulaufgabe
7. Klasse	2 Wochenstunden Textiles Gestalten, 1 Kurzarbeit
8. Klasse	3 Wochenstunden, 2 schriftliche, 1 praktische Schulaufgabe
9. Klasse	3 Wochenstunden, 2 schriftliche, 1 praktische Schulaufgabe
10. Klasse	3 Wochenstunden, 2 schriftliche, 1 praktische Schulaufgabe

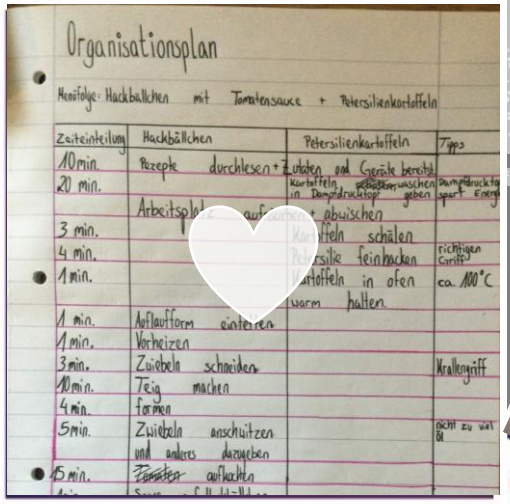
Der Theorie- und Praxisunterricht findet im wöchentlichem Wechsel statt.

Die Abschlussprüfung besteht aus einer theoretischen und praktischen Prüfung.

Ein kleiner Einblick





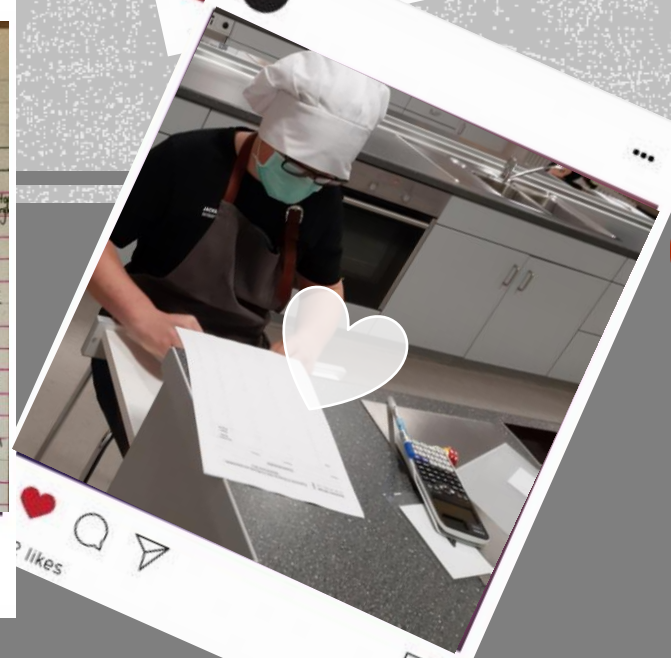


Organisationsplan

Menüfolge: Hackbällchen mit Tomatensauce + Petersilienkartoffeln

Zeiteinteilung	Hackbällchen	Petersilienkartoffeln	Tips
10 min.	Rezepte durchlesen + Zutaten und Geräte bereitl.		
20 min.		Kartoffeln waschen, in Dampfdruckt. geben	Dampfdruckt. spart Energ.
	Arbeitsplatz auf + abwischen		
3 min.		Kartoffeln schälen	
4 min.		Petersilie feinhacken	richtigen Griff!
1 min.		Kartoffeln in ofen warm halten	ca. 100°C
1 min.	Auflaufform einfetten		
1 min.	Vorheizen		
3 min.	Zwiebeln schneiden		Krallengriff
10 min.	Teig machen		
4 min.	formen		
5 min.	Zwiebeln anschnitzen und anderes dazugeben		nicht zu viel Öl
5 min.	~~Tomaten~~ aufhacken		

22 likes



22 likes