



MENTOR
SZKOLENIA ADMINISTRACJI I BIZNESU

NOWOCZESNY KUCHARZ - kurs dla kucharzy pracujących w zakładach żywienia zbiorowego osób dorosłych (domach pomocy społecznej, szpitalach, zakładach opiekuńczo-leczniczych, uzdrowiskach itp.)

SZKOLENIE ONLINE

04-06 marca 2026 r.

godz. 08:00 -14:00

I DZIEŃ - 04.03.2026 r.

II DZIEŃ - 06.03.2026 r.

ZASADY SZKOLENIA ONLINE

Wystarczy dostęp do internetu

- * Zapisz się na szkolenie,
- * W dniu szkolenia otrzymasz link do platformy Click Meeting,
- * Kliknij w link i uczestnicz w spotkaniu.

TRENER

Trener i auditor w obszarze bezpieczeństwa żywności i żywienia. Autorka licznych publikacji dotyczących organizacji żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży, osób dorosłych oraz HACCP.

PROGRAM:

1. Omówienie stanu prawnego dot. żywienia zbiorowego osób dorosłych, w tym osób chorych i starszych.
2. Trendy w żywieniu zbiorowym osób dorosłych wynikające z norm żywienia, piramidy żywienia oraz modelowego talerzyka żywieniowego.
3. Praktyczne wskazówki dotyczące stosowania aktualnych norm żywienia.
4. Wzorcowe gramatury poszczególnych produktów spożywczych dla zróżnicowanych grup osób dorosłych umożliwiające realizację norm żywienia. Zasady doliczania odpadów w celu wyliczenia wielkości zamówienia.
5. Układanie jadłospisów i tworzenie receptur – praktyczne wskazówki dla diety podstawowej i diet eliminacyjnych (jak przygotowywać dania w takich dietach, jakich używać produktów, jak napisać procedurę zapobiegania zanieczyszczeniom krzyżowym alergenami).
6. Zasady GHP, GMP i Systemu HACCP podczas wykonywania czynności w procesie produkcji dań kulinarnych do surowca do wyrobu gotowego.
7. Ograniczenia w stosowaniu soli, cukru i tłuszczów nasyconych – czym je zastąpić bez pogorszenia smaku potraw.

Wypełniony formularz zgłoszeniowy proszę przesać mailem na adres:
biuro@mentorszkozenia.pl lub faksem na nr 81 464 31 21



8. Zamienniki cukru białego, ich zalety i wady oraz informacje dotyczące zachowania ich wartości odżywczej: miód pszczele, syrop klonowy, cukier brzozy naturalnego pochodzenia, erytrytol. Zasady technologiczne stosowania zamienników cukru w poszczególnych daniach/produktach. Przepisy na dania, w tym desery z wykorzystaniem zamienników cukru.
9. Zamienniki soli oraz koncentratów spożywczych i mieszanek przypraw z solą bez utraty smakowitości dań. Przepisy na mieszanki naturalnych przypraw.
10. Wpływ obróbki wstępnej oraz rodzaju obróbki termicznej na zachowanie wartości odżywczych składników potraw, porównanie różnych technik kulinarnych i przykłady receptur dań zachowujących wysoką wartość odżywczą.
11. Różnice w wartości odżywczej tłuszczów zwierzęcych i roślinnych, zalecane tłuszcze do smarowania pieczywa, tłuszcze do smażenia/pieczenia, tłuszcze do potraw na zimno.
12. Alternatywne sposoby przygotowania dań w odniesieniu do ograniczenia smażenia oraz użycia tłuszczów. Niekonwencjonalne wykorzystanie tradycyjnych urządzeń.
13. Redukcja białka i tłuszczu pochodzenie zwierzęcego – sposoby na wprowadzenie roślin strączkowych do diety bez ryzyka problemów z ich strawnością.
14. Rola wody w żywieniu osób dorosłych, szczególnie starszych. Praktyczne wskazówki do realizacji zapotrzebowania na wodę przy braku odczuwania pragnienia.
15. Układanie jadłospisów i tworzenie receptur w najczęściej występujących dietach leczniczych (m. in. cukrzyca, dieta wątrobowa)

Wszelkie prawa zastrzeżone. Oferta szkolenia oraz program są objęte prawami autorskimi. Zakaz kopiowania i powielania treści bez zgody autorów ©

CENA: 530 zł netto/osoba

(zwolnienie z VAT w przypadku finansowania w co najmniej 70% ze środków publicznych).
W innym wypadku + 23% VAT.

Cena uwzględnia: przeprowadzenie szkolenia, dostęp do platformy na czas szkolenia, materiały szkoleniowe i zaświadczenie w formie elektronicznej.

Płatność za szkolenie odbywa się na podstawie **faktury wystawionej w dniu szkolenia**. Termin płatności 14 dni.



FORMULARZ ZGŁOSZENIOWY

Temat: NOWOCZESNY KUCHARZ - kurs dla kucharzy pracujących w zakładach żywienia zbiorowego osób dorosłych

Szkolenie online **Data:** 04-06.03.2026 r.

DANE UCZESTNIKÓW SZKOLENIA:

IMIĘ I NAZWISKO:	STANOWISKO:	E-MAIL:	TELEFON KONTAKTOWY:

DANE DO FAKTURY

NABYWCA:	
ODBIORCA:	
NIP:	

Oświadczam, że uczestnictwo w szkoleniu jest finansowane co najmniej w 70% ze środków publicznych.

KOD RABATOWY

.....
pieczętka instytucji oraz podpis osoby upoważnionej

INFORMACJA DOTYCZĄCA OCHRONY DANYCH OSOBOWYCH

- o Administratorem Państwa danych jest spółka MENTOR Szkolenia Administracji i Biznesu s.c.
- o Podanie danych osobowych jest dobrowolne, lecz niezbędne do wykonania usługi szkoleniowej.
- o Przekazane przez Państwa dane osobowe nie będą udostępniane innym podmiotom.
- o Zgoda na przetwarzanie danych może zostać wycofana w dowolnym momencie, nie ma to jednak wpływu na zgodność przetwarzania, dokonanego na jej podstawie przed wycofaniem zgody.
- o W każdej chwili mają Państwo prawo dostępu do swoich danych, ich sprostowania, usunięcia bądź ograniczenia przetwarzania, prawo sprzeciwu, prawo do przenoszenia danych, jak również prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie oraz prawo do wniesienia skargi do organu nadzorczego.
- o Państwa dane osobowe będą przetwarzane do czasu zgłoszenia wycofania zgody.

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celu realizacji uczestnictwa w szkoleniu.

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celach informacyjnych drogą mailową realizowanych usługach szkoleniach przy czym zgoda może zostać wycofana w dowolnym momencie.

.....
podpis uczestnika szkolenia

W przypadku braku potwierdzenia uczestnictwa w szkoleniu (na 2 dni przed jego realizacją) prosimy o kontakt telefoniczny celem weryfikacji otrzymania przesyłanego przez Państwa formularza zgłoszeniowego. Rezygnacji można dokonać do 3 dni roboczych przed planowaną datą szkolenia.

Brak uczestnictwa nie potwierdzony rezygnacją w/w terminie skutkować będzie obciążeniem Państwa 100% kwoty szkolenia.

Organizator szkolenia zastrzega sobie prawo do zmiany miejsca szkolenia. Ostateczna lokalizacja szkolenia zostanie podana w potwierdzeniu udziału.

Wypełniony formularz zgłoszeniowy proszę przestać mailem na adres:
biuro@mentorszkozenia.pl lub faksem na nr 81 464 31 21