

## Sprawności kucharskie

Geschrieben von: Administrator

---



**SPRAWNOŚCI KUCHARSKIE**

### **KUCHCIK \***

1. Przygotował/a w terenie posiłek dla zastępu, korzystając z kuchni polowej lub kuchenki turystycznej.
2. Zadbał/a o estetyczny wygląd polowego "stołu".
3. Przestrzegał/a zasad higieny przy sporządzaniu posiłków i zapoznał/a z nimi zastęp.
4. Przygotował/a śniadanie lub kolację dla domowników.
5. Przygotował/a podwieczorek według własnego pomysłu.

### **KUCHARZ \*\***

1. Prawidłowo posługiwał/a się sprzętem kuchennym (nożami, tłuczkami, maszynką do mielenia, garnkami i patelniami różnej wielkości, cedzakiem).
2. Ułożył/a urozmaicony jadłospis na kilkudniowy biwak lub na tydzień obozu dla całej drużyny.
3. Przygotował/a obiad dwudaniowy dla rodziny, estetycznie go podając.
4. Wybrał/a miejsce na kuchnię na biwaku drużyny urządził/a ją funkcjonalnie.

### **KUCHMISTRZ–KUCHMISTRZYNI \*\*\***

1. Rozplanował/a i urządził/a blok kuchenny na obozie drużyny lub kilkudniowym biwaku.
2. Kierował/a co najmniej przez trzy dni służbą kuchenną na obozie drużyny lub na biwaku: układając jadłospisy, gotując każdego dnia inną zupę, przygotowując dania mięsne i jarskie.
3. Poznał/a zasady racjonalnego żywienia dzieci i dorosłych.

## Sprawności kucharskie

Geschrieben von: Administrator

---

4. 4. Ułożył/a wybraną dietę: (np.: niskokaloryczną, dla cukrzyków, dla diabetyków) oraz wyliczył/a podstawowe wartości odżywcze w stosunku do tej diety.
5. 5. Przygotował/a młodszyc do próby na sprawność "kuchcika".

- **\*\* zielony**□
- **\*\*\* czerwony**;
- **mistrzowska – czarne obszycie**