

Inhaltsverzeichnis

1	Die Berufsausbildung mitgestalten	8	Trinkmilchaufbereitung	40	
1.1	Auszubildende arbeiten in unterschiedlichen Betrieben.....	8	Trinkmilchaufbereitung und Kennzeichnung	41	
	Der Ausbildungsvertrag	10	Lebensmittelkennzeichnung.....	42	
	Mind-Map – Ihre Arbeitsbereiche in der Hauswirtschaft.....	12	Weitere Warenkennzeichnung	43	
	Methode des selbstständigen beruflichen Handelns.....	13	Kaufvertrag.....	44	
			Werbung – eine Informationsmöglichkeit?	46	
1.2	Hygiene und Sicherheit.....	14	2.2	Haushaltsbuchführung	47
	Hygiene bei der Arbeit.....	14			
	So werden die Hände gründlich sauber	16	3	Waren lagern	49
	Sicherheit/Unfallgefahren.....	17	3.1	Arbeiten im Warenlager	49
	Sicherheitszeichen und Gefahrenzeichen	20	Arbeiten bei der Warenannahme	50	
	Erste-Hilfe-Maßnahmen	21	Lagerung der Waren	51	
1.3	Arbeitsgestaltung	22	Lagern im Kühlschrank	53	
	Die richtige Arbeitshaltung.....	22	Lagern im Kühlager	53	
	Arbeitsbewegungen	24	Was ist eine Kühlkette?	54	
	Arbeitsplatzgestaltung.....	25	Warenausgabe	55	
	Erstellung von Arbeitsplänen	26	Kontrolle der Warenbestände – Inventur.....	56	
1.4	Umweltschutz	28	3.2	Schädlinge	57
	Umweltbewusster Umgang mit dem Trinkwasser	28	Maßnahmen gegen Schädlinge	57	
	Umweltbewusster Umgang mit Energie – Strom.....	29	3.3	Lebensmittelverderb	58
	Abfälle – ein Problem für die Umwelt	30	Salmonellose	58	
1.5	Miteinander arbeiten.....	32	Eitererreger.....	60	
	Umgangsumformen am Arbeitsplatz ..	32	Listeriose	61	
	Telefonieren	34			
2	Güter und Dienstleistungen beschaffen..	35	4	Speisen und Getränke herstellen und servieren.....	62
2.1	Waren beschaffen	35	4.1	Vorbereitungstechniken	64
	Käuferfallen	35	Entfernen von unerwünschten Bestandteilen der Lebensmittel	64	
	Bewusstes Einkaufen.....	38	Zerkleinerungstechniken.....	65	
	Hühnereier – Welche Kennzeichnung ist vorgeschrieben?	39	Zerkleinern und Vorbereiten von Lebensmitteln.....	66	
			Mischen und Schlagen von Lebensmitteln.....	67	
			Schneidgeräte	68	
			Aufbereitungsarten	69	

4.2	Gartechniken	70	Kartoffeln – Verarbeitung	130
	Kochen	70	Hauptangebotszeiten bzw.	
	Garziehen	70	Haupterntezeiten von Obst	
	Dämpfen	71	und Gemüse	131
	Dünsten	72	Salate – Verarbeitung	132
	Schmoren	73	Gemüse – Verarbeitung	133
	Braten in der Pfanne – Kurzbraten ..	73	Einfrieren von Gemüse und Obst ..	134
	Braten im Backofen –		Zubereitung von Tiefkühlkost ..	135
	Langzeitbraten	74	Kräuter	136
	Überbacken – Gratinieren	74	Gewürze	137
	Backen	75	Verwendung von Zucker	138
	Garen in der Mikrowelle	76	Zucker hat viele Namen	138
	Grillen	77	Verarbeitung von Hühnereiern ..	139
	Frittieren – Ausbacken	77	Fisch	140
	Druckgaren	78	Einkauf und Verarbeitung	
	Allgemeine Regeln für das Garen ..	79	von Fisch	141
4.3	Mit Rezepten arbeiten	80	Verarbeitung von Fleisch	142
	Rechnen mit Maßen, Gewichten		Garen mit Fett	143
	und Mengen	80		
	Umrechnung von Rezepten	82		
	Rezepte werden meist anders			
	geschrieben	83		
	Berechnung des Energie- und			
	Nährstoffgehalts von Speisen und			
	Getränken	84		
4.4	Rezepte	86		
	Suppen und Soßen	86		
	Kartoffeln, Getreide	91		
	Salate	96		
	Gemüse	97		
	Hühnerei	99		
	Fleisch	100		
	Fisch	104		
	Süßspeisen	106		
	Gebäck	110		
4.5	Ernährungskreis – Lebensmittel	122		
	Nährstoffe – Übersicht	123		
	Regeln für die Verwendung			
	von Wasser	124		
	Saft, Nektar, Fruchtsaftgetränk –			
	was heißt das?	125		
	Mineralwasser, Quellwasser,			
	Tafelwasser	125		
	Getreidearten	126		
	Bestandteile des Getreidekorns ..	127		
	Mehl, Schrot – was heißt das? ..	127		
	Reis – Regeln für die Verwendung ..	128		
	Verwendung von Stärke	129		
4.6	Vorgefertigte Lebensmittel	144		
	Aufwertung von vorgefertigten			
	Lebensmitteln	145		
5	Personengruppen			
	verpflegen	146		
5.1	Energie- und Nährstoffbedarf	146		
	Energiebedarf	146		
	Kohlenhydratbedarf	147		
	Eiweißbedarf	148		
	Fettbedarf	149		
	Mineralstoffbedarf	150		
	Vitaminbedarf	151		
5.2	Mahlzeitengestaltung	152		
	Mahlzeiten	152		
	Speisenausgabesysteme	154		
	Verpflegungssysteme	155		
6	Personen zu			
	unterschiedlichen			
	Anlässen versorgen	156		
6.1	Speisen anrichten und garnieren ..	156		
	Garnierungen mit			
	Spezialwerkzeugen	158		
6.2	Tischdecken und Servieren	160		
	Herrichten von Tischen und Tafeln ..	160		
	Arbeitsablauf beim Eindecken ..	161		

Besteck und Geschirr	162	Geschirrspülen mit der Maschine oder per Hand?	194
Tischdekorationen	163	Reinigung des Kühlzentrums – Arbeitsschritte	196
Servieren	164	Gefriergeräte und Gefriereinrichtungen	197
Abservieren	165	Fritteuse und Fettbackgerät	198
Aufbau eines Büfets	166	Aufschneidemaschine	198
Festliches Menü	167	Dunstabzugshauben	199
7 Wohn- und Funktionsbereiche reinigen und pflegen	168	Küchenmaschine	199
7.1 Grundlagen der Reinigung und Pflege	168	Toaster	199
Sichtreinigung	168	7.4 Reinigungsarbeiten in Räumen	200
Unterhaltsreinigung.....	169	Reinigung und Pflege von speziellen Fußbodenbelägen	200
Grundreinigung	169	Reinigung textiler Bodenbeläge....	202
Tragen von Schutzhandschuhen ..	169	Fensterreinigung	204
Geräte und Maschinen für die Bodenreinigung	170	Fensterreinigung – Arbeitsschritte ..	205
Feuchtwischverfahren	172	Reinigen von Wohnräumen	206
Nasswischverfahren	173	Reinigen des Sanitärbereichs.....	210
Reinigungsmittel und Pflegemittel..	174	Reinigung von lackierten Türen – Arbeitsschritte	212
Allgemeine Eigenschaften von Reinigungs- und Pflegemitteln .	176	Reinigung von Treppen – Arbeitsschritte	212
7.2 Reinigung und Pflege ausgewählter Materialien	178	Grundreinigung eines Schranks – Arbeitsschritte	213
Glas	178	Grundreinigung von Stuhl und Tisch – Arbeitsschritte	214
Keramische Erzeugnisse	179	Reinigung von Polstermöbeln	215
Holz	180	8 Textilien reinigen und pflegen	216
Kunststoffe	181	8.1 Textile Fasern und Flächen	216
Metalle	182	Textile Fasern	217
Emaille	185	Welche textilen Flächen gibt es? ...	218
Lederpflege.....	186	Wäschearten.....	219
7.3 Reinigung und Pflege von Geräten	188	Textilkennzeichnungsgesetz	220
Elektroherd – Kochstellen und Kochfelder	188	Gütezeichen stellen die Material- zusammensetzung von Textilien sicher.....	221
Gasherd	189	Warenzeichen.....	221
Mikrowellengerät.....	189	Eigenschaften textiler Rohstoffe – Überblick.....	222
Grillgeräte.....	189	8.2 Textilpflege	223
Convectomaten	189	Internationale Pflegekennzeichnung	224
Reinigung eines Backofens/ Convectomats – Arbeitsschritte ..	190	Welche Bereiche werden für die Pflege der Wäsche benötigt? ...	226
Geschirrspülmaschinen.....	191	Sammeln und Sortieren der Wäsche ..	226
Gewerbegeschirrspülmaschinen ..	191		
Geschirrspülen per Hand	192		
Beschicken und Leeren der Geschirrspülmaschine – Arbeitsschritte	193		

Sortieren der Schmutzwäsche nach den Waschprogrammen.....	228	Pflege von Schnittblumen.....	274
Vorbereiten der Wäsche	229	Trocknen von Pflanzen.....	274
Wie viel Schmutzwäsche passt in die Waschmaschine?.....	230	Gestalten eines Blumengestecks ...	275
Regeln für die Fleckenbehandlung..	231	Erstellen eines Adventsgestecks ...	276
Waschfaktoren	232	Dekorationen im Jahreskreis	277
Umweltbelastung durch Waschmittel.....	234		
Waschen mit der Maschine.....	235		
Handwäsche.....	236		
Trocknen der Wäsche an der Luft...	237		
Trocknen im Wäschetrockner	238		
Wäschetrockner/Tumbler	239		
Vorbereiten der Textilien für das Bügeln	240		
Arbeitsplatz für das Bügeln.....	241		
Bügeleisen	242		
Allgemeine Regeln für das Bügeln..	242		
Allgemeine Regeln für das Arbeiten an der Bügemaschine.....	245		
Allgemeine Regeln für das Falten und Legen von Textilien	248		
Kreislauf der Textilpflege – Beispiel .	251		
8.3 Näharbeiten	252		
Handnähen – Grundtechniken	252		
Bedienungsteile der Nähmaschine .	254		
Einfädeln.....	255		
Überprüfen der Fadenspannung ..	256		
Reinigung und Pflege der Nähmaschine.....	257		
Nähen mit der Nähmaschine	258		
Unterschiedliche Nähte.....	259		
Kantenverarbeitung.....	261		
Eckenbildung bei Säumen	262		
Verschlussarten	263		
Annähen eines Aufhängers.....	266		
Stopfen mit der Maschine – Arbeitsschritte	266		
Aufnähen eines Flickens	267		
Patchmaschine.....	268		
9 Wohnumfeld mitgestalten	269		
Blumenpflege – Topfpflanzen.....	269		
Hydrokultur – Wasserkultur.....	272		
Vortreiben von Blumenzwiebeln im Winter	273		
10 Personen individuell wahrnehmen.....	279		
Umgangsformen –			
Nähe und Distanz.....	280		
Kontaktaufnahme zu Personen.....	281		
Hilfen für eine gute Kommunikation .	282		
Wir gestalten ein Rollenspiel – Kommunikationsfähigkeit.....	283		
Was mir bei Gesprächen besonders schwerfällt	284		
Feedback-Methoden	285		
Teamarbeit	286		
Ursachen für Konflikte.....	287		
Lösung von Konflikten.....	288		
Rollenspiele – Konflikte im Betrieb..	289		
11 Personen individuell betreuen	290		
Hauswirtschaftliche Betreuungsleistungen	290		
Hilfe bei Alltagsverrichtungen	291		
Empathie – erfolgreiche Betreuung .	292		
Das Kleinkind	293		
Das Kindergartenkind	294		
Das Schulkind.....	295		
Das Jugendalter.....	295		
Wenn ich einmal alt bin – körperliche Veränderungen.....	296		
Wir erstellen eine Mind-Map	297		
Faktoren, die die Lebenssituationen von Menschen beeinflussen	298		
Lebenssituationen – Lebenskurve ..	299		
Behindertsein erfahren	300		
12 Begriffstrainer	302		
Nährwerttabelle	319		
Rezeptverzeichnis sortiert nach Speisen und Gebäck.....	325		
Alphabetisches Rezeptverzeichnis	326		
Sachwortverzeichnis	327		