

Inhaltsverzeichnis

1	Die Berufsausbildung mitgestalten	8	Trinkmilchaufbereitung	40	
			Trinkmilchaufbereitung und Kennzeichnung	41	
1.1	Auszubildende arbeiten in unterschiedlichen Betrieben	8	Lebensmittelkennzeichnung	42	
	Der Ausbildungsvertrag	10	Weitere Warenkennzeichnung	43	
	Mind-Map – Ihre Arbeitsbereiche in der Hauswirtschaft	12	Kaufvertrag	44	
	Methode des selbstständigen beruflichen Handelns	13	Werbung – eine Informationsmöglichkeit?	46	
1.2	Hygiene und Sicherheit	14	2.2	Haushaltsbuchführung	47
	Hygiene bei der Arbeit	14	3	Waren lagern	49
	So werden die Hände gründlich sauber	16	3.1	Arbeiten im Warenlager	49
	Sicherheit/Unfallgefahren	17		Arbeiten bei der Warenannahme ...	50
	Sicherheitszeichen und Gefahrenzeichen	20		Lagerung der Waren	51
	Erste-Hilfe-Maßnahmen	21		Lagern im Kühlschrank	53
1.3	Arbeitsgestaltung	22		Lagern im Kühlager	53
	Die richtige Arbeitshaltung	22		Was ist eine Kühlkette?	54
	Arbeitsbewegungen	24		Warenausgabe	55
	Arbeitsplatzgestaltung	25		Kontrolle der Warenbestände – Inventur	56
	Erstellung von Arbeitsplänen	26	3.2	Schädlinge	57
1.4	Umweltschutz	28		Maßnahmen gegen Schädlinge	57
	Umweltbewusster Umgang mit dem Trinkwasser	28	3.3	Lebensmittelverderb	58
	Umweltbewusster Umgang mit Energie – Strom	29		Salmonellose	58
	Abfälle – ein Problem für die Umwelt	30		Eitererreger	60
1.5	Miteinander arbeiten	32		Listeriose	61
	Umgangsformen am Arbeitsplatz ..	32	4	Speisen und Getränke herstellen und servieren	62
	Telefonieren	34	4.1	Vorbereitungstechniken	64
2	Güter und Dienstleistungen beschaffen ..	35		Entfernen von unerwünschten Bestandteilen der Lebensmittel	64
2.1	Waren beschaffen	35		Zerkleinerungstechniken	65
	Käuferfallen	35		Zerkleinern und Vorbereiten von Lebensmitteln	66
	Bewusstes Einkaufen	38		Mischen und Schlagen von Lebensmitteln	67
	Hühnereier – Welche Kennzeichnung ist vorgeschrieben?	39		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	4.6 Vorgefertigte Lebensmittel	144
	Umrechnung von Rezepten	82	Aufwertung von vorgefertigten	
	Rezepte werden meist anders		Lebensmitteln	145
	geschrieben	83	5 Personengruppen	
	Berechnung des Energie- und		verpflegen	146
	Nährstoffgehalts von Speisen und		5.1 Energie- und Nährstoffbedarf	146
	Getränken	84	Energiebedarf	146
4.4	Rezepte	86	Kohlenhydratbedarf	147
	Suppen und Soßen	86	Eiweißbedarf	148
	Kartoffeln, Getreide	91	Fettbedarf	149
	Salate	96	Mineralstoffbedarf	150
	Gemüse	97	Vitaminbedarf	151
	Hühnerei	99	5.2 Mahlzeitengestaltung	152
	Fleisch	100	Mahlzeiten	152
	Fisch	104	Speisenausgabesysteme	154
	Süßspeisen	106	Verpflegungssysteme	155
	Gebäck	110	6 Personen zu	
4.5	Ernährungskreis – Lebensmittel ...	122	unterschiedlichen	
	Nährstoffe – Übersicht	123	Anlässen versorgen	156
	Regeln für die Verwendung		6.1 Speisen anrichten und garnieren ...	156
	von Wasser	124	Garnierungen mit	
	Soft, Nektar, Fruchtsaftgetränk –		Spezialwerkzeugen	158
	was heißt das?	125	6.2 Tischdecken und Servieren	160
	Mineralwasser, Quellwasser,		Herrichten von Tischen und Tafeln ..	160
	Tafelwasser	125	Arbeitsablauf beim Eindecken	161
	Getreidearten	126		
	Bestandteile des Getreidekorns	127		
	Mehl, Schrot – was heißt das?	127		
	Reis – Regeln für die Verwendung ...	128		
	Verwendung von Stärke	129		

Besteck und Geschirr.....	162
Tischdekorationen	163
Servieren	164
Ab servieren	165
Aufbau eines Büfetts.....	166
Festliches Menü.....	167

7 Wohn- und Funktionsbereiche reinigen und pflegen.... 168

7.1 Grundlagen der Reinigung und Pflege.....	168
Sichtreinigung	168
Unterhaltsreinigung.....	169
Grundreinigung	169
Tragen von Schutzhandschuhen ...	169
Geräte und Maschinen für die Bodenreinigung.....	170
Feuchtwischverfahren.....	172
Nasswischverfahren	173
Reinigungsmittel und Pflegemittel..	174
Allgemeine Eigenschaften von Reinigungs- und Pflegemitteln .	176
7.2 Reinigung und Pflege ausgewählter Materialien.....	178
Glas.....	178
Keramische Erzeugnisse	179
Holz	180
Kunststoffe	181
Metalle	182
Emaile	185
Lederpflege.....	186
7.3 Reinigung und Pflege von Geräten	188
Elektroherd –	
Kochstellen und Kochfelder	188
Gasherd	189
Mikrowellengerät.....	189
Grillgeräte.....	189
Convectomaten	189
Reinigung eines Backofens/Convectomats – Arbeitsschritte	190
Geschirrspülmaschinen.....	191
Gewerbegeschirrspülmaschinen ...	191
Geschirrspülen per Hand	192
Beschicken und Leeren der Geschirrspülmaschine – Arbeitsschritte	193

Geschirrspülen mit der Maschine oder per Hand?.....	194
Reinigung des Kühlschranks – Arbeitsschritte	196
Gefriergeräte und Gefriereinrichtungen	197
Fritteuse und Fettbackgerät	198
Aufschnittschneidemaschine	198
Dunstabzugshauben	199
Küchenmaschine	199
Toaster	199

7.4 Reinigungsarbeiten in Räumen	200
Reinigung und Pflege von speziellen Fußbodenbelägen	200
Reinigung textiler Bodenbeläge....	202
Fensterreinigung	204
Fensterreinigung – Arbeitsschritte ..	205
Reinigen von Wohnräumen	206
Reinigen des Sanitärbereichs.....	210
Reinigung von lackierten Türen – Arbeitsschritte	212
Reinigung von Treppen – Arbeitsschritte	212
Grundreinigung eines Schrank – Arbeitsschritte	213
Grundreinigung von Stuhl und Tisch – Arbeitsschritte	214
Reinigung von Polstermöbeln	215

8 Textilien reinigen und pflegen 216

8.1 Textile Fasern und Flächen	216
Textile Fasern	217
Welche textilen Flächen gibt es? ...	218
Wäschearten.....	219
Textilkennzeichnungsgesetz	220
Gütezeichen stellen die Materialzusammensetzung von Textilien sicher.....	221
Warenzeichen.....	221
Eigenschaften textiler Rohstoffe – Überblick.....	222
8.2 Textilpflege.....	223
Internationale Pflegekennzeichnung	224
Welche Bereiche werden für die Pflege der Wäsche benötigt? ...	226
Sammeln und Sortieren der Wäsche. .	226

Sortieren der Schmutzwäsche nach den Waschprogrammen.	228
Vorbereiten der Wäsche	229
Wie viel Schmutzwäsche passt in die Waschmaschine?	230
Regeln für die Fleckenbehandlung. .	231
Waschfaktoren	232
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 Bügelmaschine.	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

Pflege von Schnittblumen.	274
Trocknen von Pflanzen.	274
Gestalten eines Blumengestecks ...	275
Erstellen eines Adventsgestecks ...	276
Dekorationen im Jahreskreis	277

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

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

Nährwerttabelle	319
Rezeptverzeichnis sortiert nach Speisen und Gebäck.	325
Alphabetisches Rezeptverzeichnis	326
Sachwortverzeichnis	327