


Nr.: GAT-045	Verkmenntaskólinn á Akureyri	
Utgáfa: 09		
Dags.: 06.06 2015	Áfangaheiti MAT 204 Námsáætlun vorönn 2016	
Höfundur: HRS		
Samþykkt: HJS		
Síða 1 af 3		

Kennari	Marína Sigurgeirsdóttir	Sk.st.	MAR
----------------	-------------------------	---------------	-----

Áfangalýsing:

Undanfari: MAT107


Í áfanganum fá nemendur þjálfun í að matreiða almennt sjúkrahúsfæði og allar helstu gerðir af sérfæði sem þörf er fyrir á heilbrigðisstofnunum og fjallað er um í áfanganum SFB102. Nemendur læra að matreiða og framreiða allar máltíðir dagsins, bæði heitar og kaldar. Þeir vinna sjálfstætt eftir eigin matseðlum, innkaupalistum og vinnuáætlunum. Nemendur áætla skammtastærðir og þekkja næringarinnihald þeirra máltíða sem þeir matreiða. Eftirfarandi sérfæði er tekið fyrir: Almennt sjúkrahúsfæði, mjúkt fæði, maukfæði, fínt mauk, fljótandi fæði, fituskert, sykurskert og orkuskert fæði, kólesteróllækkandi fæði, saltskert, trefjaríkt/-snautt fæði, kalíumríkt/-snautt fæði, próteinskert og próteinríkt fæði, glútensnautt, mjólkurlaust, eggjalaust og laktósasnautt fæði. Nemendur fá þjálfun í að matreiða og framreiða máltíðir fyrir börn, unglunga og aldraða á sama hátt og sérfæði. Nemendur þjálfast einnig í að matreiða grænmetisfæði með eða án mjólkur/eggja. Nemendur vinna að tilraunum í matreiðslu á ýmsum fæðutegundum/réttum og gera samanburð á þeim. Einnig kynnast nemendur mikilvægum ferlum við útsendan mat. Áfanginn er kenndur samhliða SFB102.

Markmið: Nemandi

- kunni að matreiða sjúkrahúsfæði sem hæfir öllum máltíðum og allar helstu gerðir sérfæðisréttta, bæði heita og kalda
- geti áætlað skammtastærðir og þekki næringargildi sérfæðismáltíða
- geti nýtt sér matreiðslubækur um sérfæði og breytt uppskriftum fyrir almennt fæði í sérfæði
- kunni að matreiða helstu gerðir grænmetisfæðis
- kunni að matreiða fæði fyrir ólíka hópa, s.s. börn, unglunga og aldraða, allar máltíðir dagsins
- vinni að tilraunamatreiðslu og geri samanburð á næringargildi og matreiðsluaðferðum
- kunni að gera tímaáætlanir, áætlunir um vinnutilhögun og þekki mikilvægi ferla við útsendan mat


Námsgögn:

Tegund	Námsgögn
Bækur - tímarit	<p>Tilraunanámsefni í sérfæði: Helen Grey og Elín Einarsdóttir, Iðan fræðslusetur.</p> <p>Kennslubók í matreiðslu og bakstri fyrir grunnnám matvæla og ferðagreina, Hjördís Stefánsdóttir og Marína Sigurgeirsdóttir</p> <p>Af bestu lyst I, II, III: Hjartavernd, Krabbameinsfélagið og Manneldisráð. Útg. Vaka-Helgafell</p> <p>Eldað í dagsins önn: Stefanía Stefánsdóttir</p>
Vefir - forrit	mst.is, ust.is, landlaeknir.is

Nr.: GAT-045	Verkmenntaskólinn á Akureyri	
Útgáfa: 09		
Dags.: 06.06 2015		
Höfundur: HRS	Áfangaheiti MAT 204 Námsáætlun vorönn 2016	
Samþykkt: HJS		
Síða 2 af 3		

Áætlun um yfirferð:

Dagsetningar	Verkefni
9. janúar	Almennt sjúkrahúsfæði, mismunandi orkustig. Allar máltíðir dagsins og bakstur . Matseðill frá kennara
30. janúar	Almennt fæði/ fæði með breyttri áferð M1 Almennt / létt fæði með breyttri áferð M2 Þykkfljótandi fæði maukfæði M3 ----- Fljótandi fæði: (F1, F2, þF) Þykkfljótandi fæði þF Fljótandi fæði F1 Tært fljótandi fæði F2 Orku og próteinbætt fæði
20. febrúar	Sérfæði tengt sjúkdómum í meltingarvegi FSMS fæði. Fitulítið fæði Trefjaríkt fæði. Allar máltíðir dagsins og bakstur ----- Sykursýkisfæði. Offita og orkuskert fæði. matargerð og bakstur
12. mars	Blóðfitulækkandi fæði. Saltskert/saltsnautt fæði. Allar máltíðir dagsins og bakstur, valdir matseðlar úr SFB 102. ----- Nýrnabilun og næring. Prótein- kalíumskert fæði PKU Fæði við þvagsýrugigt

Nr.: GAT-045	Verkmenntaskólinn á Akureyri	
Útgáfa: 09		
Dags.: 06.06 2015		
Höfundur: HRS		
Samþykkt: HJS		
Síða 3 af 3	Áfangaheiti MAT 204 Námsáætlun vorönn 2016	

	allar máltíðir og bakstur, valdir matseðlar úr SFB 102
9. apríl	Ofnæmis/óþolsfæði, mjólkur- eða eggjalaust fæði, laktósnautt fæði, glútensnautt fæði. Matargerð. ----- Ofnæmis/óþolsfæði, mjólkur- eða eggjalaust fæði, laktósnautt fæði, glútensnautt fæði. Bakstur

Verkefni: Vinnumappan:

Inniheldur öll ljósrit sem nemandi fær frá kennara, einnig nákvæma greinargerð um verkefni hvernar kennslulotu og skýrslu í lok hvernar lotu. Vinnumappan á að nýtast sem handbók um sérfæði þegar önninni er lokið.

Námsmat og vægi námsþátta:

Námsmat	Lýsing	Vægi
Lota 1	Stutt greinargerð um almennt sjúkrahúsfæði, matseðill fyrir 1 dag allar máltíðir. Samsetning í samræmi við almennt sjúkrahúsfæði. Skýrsla hvernig verkefnið gekk.	20%
Lota 2	Stutt greinargerð um mismunandi flokka maukfæðis og fljótandi fæðis. Hvenær eiga þessar fæðisgerðir við. Skýrsla hvernig verkefnið gekk.	20 %
Lota 3	Stutt greinargerð um fæði tengt sjúkdómum í meltingarvegi og skýrsla um verkefni dagsins.	20%
Lota 4	Dagsmatseðill fyrir blóðfitulækkandi fæði, allar máltíðir dagsins og skýrsla um framkvæmd.	20%
Lota 5	Greinargerð um eina tegund ofnæmisfæðis og dagsmatseðill sem samsvarar þeirri fæðisgerð. Skýrsla um framkvæmd.	20%
Samtals		100%

Dagsetning: 4. jan. 2016

Marína Sigurgeirsd.
Undirritun kennara

Þó Hallgrímsson
Undirritun brautarstj., fagstj eða staðgengils