

## Fagprøve for institusjonskokkfaget

<b>Fag: Institusjonskock</b>		<b>Fagkode:RMIKO3</b>	
<b>Eksamensmodell: Praktisk fagprøve</b>			
<b>Organisering av forberedelse til eksamen. Varighet <u>inntil</u> 4 Timer</b>			
<b>Forberedelse:</b>	Dato:	Start kl: ____:00	Slutt kl: ____:00
<b>Hjelpemiddel:</b> Alle (opplæringsbok, oppskriftsbok, faglitteratur, kalkulator) Planleggingsdelen kan skrives inn på data. Digitale Verktøy tillatt			
<b>Annet info:</b> Kandidaten får utdelt hele eksamensoppgava på forberedelsesdagen. Etter endt forberedelsesdag skal kandidaten levere inn: Fastsatt meny med oversikt over alle tilbehør og tilberedningsmåter.  Arbeidsplan Råvareliste  Sjekk at alle råvarene er tilgjengelige. Det skal kun forbredes til produksjon på dag 1. Som for eksempel å legge i vann erter, aprikoser etc. innefor de fire avsatte timene.  Forberedelsen er en del av vurderingen. Justering av arbeidsplanen kan tillates.			
<b>Kandidaten signerer når oppgaven er mottatt og forstått.</b>			
_____ <b>Signering</b>		_____ <b>Sted og dato</b>	

## **Kandidatens egenvurdering**

Tenk igjennom dagen.

Skriv ned det du var fornøyd med og hva du ikke er fornøyd med.

Eventuelt hva du kunne gjort annerledes.

### **Vurderingskriterier**

Råvare og produksjon: Kunne utnytte, tilberede og anrette råvarer på en økonomisk, ernærisk og kvalitetsmessig måte

Kostplanlegging/ spesialkost: Sammensetning av råvarer, sesongaspekter, spesialkost, fagterminologi.

Hygiene og kvalitetsstyring: Personlig, produksjon og næringsmiddelhygiene i henhold til regelverk.

Bransje, bedrift og miljø: Helse, miljø og sikkerhet.

<b>1. Planlegging</b>		
Mål for opplæringen er at lærlingen skal kunne (kompetansemål):	Nivå:	Kjennetegn for måloppnåelse:
planlegge, gjennomføre, dokumentere og vurdere eget arbeid.	Ikke bestått	mangelfull planlegging og vurdering
	Bestått	Vet hvorfor orden og planlegging er viktig. Har orden og planlegging i arbeidet sitt.
	Meget godt Bestått	Viser god orden, planlegging og vurdering av eget arbeid.
planlegge, tilberede og anrette retter og måltider ut fra grunnleggende metoder, og ivareta estetiske og sensoriske egenskaper og hensynet til næringsverdi og økonomi	Ikke bestått	Lærlingen kan enkel anvendelse av råvarer, Anvender enkle tilberedningsmetoder
	Bestått	Lærlingen kan anvende råvarer på en faglig forsvarlig måte. Kan bruke de mest brukte tilberedningsmetodene.
	Meget godt Bestått	Lærlingen kan anvende råvarene på en faglig forsvarlig og økonomisk måte, Har god forståelse av mengdeberegning og økonomisk anvendelse av råvarer, Anvende flere tilberedningsmetoder. Viser stor faglig forståelse

<b>2. Gjennomføring</b>		
bruke egnede maskiner og egnet utstyr i produksjonsprosessen	Ikke bestått	Bruker utstyr som ikke passer til oppgaven
	Bestått	Viser god og riktig bruk av håndverktøy og maskiner
	Meget godt Bestått	Viser god og riktig bruk av håndverktøy og maskiner. Kan anvende riktige verktøy og maskiner til riktig oppgave. Kan renhold og vedlikehold av maskiner. Viser forståelse
praktisere god personlig hygiene, produksjonshygiene og godt renhold i samsvar med gjeldende regelverk	Ikke bestått	Viser dårlig forståelse for personlig hygiene (uniform, sminke, håndvask) Dårlig orden på arbeidsplassen
	Bestått	Forstår betydningen av hygiene i henhold til lover, forskrifter og avhengighet av dem for bedriftens eksistens. Kan jobbe i henhold til regler, lover og forskrifter.
	Meget godt Bestått	Viser stor forståelse for personlig hygiene. Viser stor forståelse for orden og hygiene i produksjon og på arbeidsplassen. Viser god forståelse for behandling av råvarer, kryss smitte og riktig temperatur ved kjøll og varmehold
Lage måltider ut fra hensyn til kultur og religion.  Tilberede måltider ut fra meny og tilpasse til spesialkost.  Gi råd om daglig kost og spesialkost.	Ikke bestått	Mangelfull innsikt i kostplanlegging og spesialkost.
	Bestått	Innsikt i kostplanlegging og spesialkost. Kunne forklare endringene i den komponerte menyen.
	Meget godt Bestått	Stor innsikt i kostplanlegging og spesialkost. Kunne drøfte og vurdere endringene i den komponerte menyen mht. råvarer, tilberedningsmetode, gjentakelse, farger og smak. Reflektere over konsekvensene
bruke relevante faguttrykk	Ikke bestått	Ikke kjent med relevante faguttrykk

	Bestått	Kjent med relevante faguttrykk
--	---------	--------------------------------

<b>3. Egenvurdering</b>		
Faglig refleksjon	Ikke bestått	Kandidaten vurderer ikke hva som gikk bra / evt ikke bra. kandidaten har ingen forslag til andre, nye eller bedre løsninger.
	Bestått	Kandidaten kan til en viss grad peke på hva som har vært bra / evt ikke bra, og kommer med noen forslag til hva som kunne vært gjort annerledes
	Meget godt Bestått	Kandidaten viser meget god evne til kritisk tenkning, reflekterer og kan peke på nye løsninger Kandidaten viser stor forståelse for mange forhold som kan evalueres
Eget Arbeid	Ikke bestått	Kandidaten har urealistisk syn på eget arbeid Kandidaten ser ikke viktigheten av egen rolle. Kandidaten sier lite eller ingenting om grad av måloppnåelse av kompetansemål / delmål
	Bestått	Kandidaten har et realistisk syn på eget arbeid Kandidaten viser forståelse for betydningen av egen rolle. Kandidaten har tilfredsstillende forståelse av måloppnåelse i forhold til kompetansemål / delmål
	Meget godt Bestått	Kandidaten har et realistisk og reflektert syn på eget arbeid Kandidaten har selvinnsikt og forståelse for hvordan egen rolle har påvirket resultatet av arbeidet Kandidaten har en meget god refleksjon rundt egen måloppnåelse i forhold til kompetansemål/delmål
Læring utbytte	Ikke bestått	Kandidaten forteller lite eller ingenting om sitt læringsutbytte
	Bestått	Kandidaten har tilfredsstillende beskrivelse av eget læringsutbytte
	Meget godt Bestått	Kandidaten forklarer grundig eget læringsutbytte

<b>4. Dokumentasjon</b>		
Plan - og vurderingsarbeid Bruk av kilder	Ikke bestått	Kandidaten har lite eller ingen dokumentasjon
	Bestått	Kandidaten viser tilfredsstillende bruk av dokumentasjon

	Meget godt Bestått	Kandidaten viser meget god, og hensiktsmessig bruk av dokumentasjon i forhold til oppgaven
--	--------------------	--

## Fagprøve:

Hjelpemidler: Opplæringsbok, oppskriftshefte, faglitteratur, kalkulator.  
Digitalt verktøy er tillatt.

### Dag 1 kl \_\_\_:00-\_\_\_:00 (Varighet 4 timer)

Informasjon, utdeling av oppgaven

- \* Fagprøveoppgave
- \* Råvareliste
- \* Skriv arbeidsplan til dag 2.
- \* Oppskrifter. Egne eller henvisning.
- \* Planlegging, kontrollere råvarene.
- \* Det skal kun forbredes til produksjon på dag 1.  
Som for eksempel å legge i vann erter, aprikoser etc.
- \* Alle skjemaer og oppskrifter kopieres i to eksemplarer og innleveres

### Dag 2, kl. 08:00-15:00 (Praktisk)

Lunsj kl: 11:00 Produsere 4 porsjoner.

Forrett, hovedrett og dessert kl: 14:00. Avtales/senest 1 time før slutt.

Produsere minimum 15 porsjoner. Antallet avtales på dag 1.

hvorav 2 er spesialkost som Står i oppgaven

Alle oppgavene skal være levert innen kl 15:00.

Det vil bli stilt spørsmål underveis.

Ved prøvens slutt skal kandidaten fylle ut i vedlagt egenvurderingsskjema.  
Ta med det du synes er positivt og negativt.

## Råvareliste

## Lunsjrett

**Forrett inkl spesialkost**

**Hovedrett inkl spesialkost**

**Dessert inkl spesialkost**

**Baking**

**Arbeidsplan for den praktiske fagprøven**

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

16

16

18

Avsluttende vurdering i Institusjonskokkfaget for kandidat: \_\_\_\_\_

<b>Bestått meget godt</b>	<b>Bestått</b>	<b>Ikke bestått</b>	<b>Sted</b>	<b>Dato</b>
-------------------------------	----------------	-------------------------	-------------	-------------

--	--	--	--	--

PLANLEGGING	
GJENNOMFØRING	
EGENVURDERING	
DOKUMENTASJON	
TOTALVURDERING	
Underskrift prøvenemndsleder	Underskrift prøvenemndsmedlem

Kladd for prøvenemnda				
Vurderingskriterier:	Ikke bestått	Bestått	Meget godt bestått	Kommentarer
Hygiene Personlig				



Uniform Produksjon Mat, Avfall, Utstyr				
Arbeid i forhold til arbeidsplan - anvendt tid - arbeidsteknikk - holdning				
Spesialkost/Diett (a, b, c, e) - Smak - Utseende - Konstinens - Tid				
Filetering av fisk				
Produkt lunsjrett				
Klargjøring av kjøtt				
Produkt Forrett				
Produkt hovedrett				
Produkt: Dessert				
Produkt Baking gjærbakst - kake - dietskake				
Råvareforbruk/ kunnskap - svinn - porsjonsberegning - kvalitetsvurdering				
Vurdering av planlegging.				

Kladd for prøvenemnda				
Vurderingskriterier:	Ikke bestått	Bestått	Meget godt bestått	Kommentarer
Hygiene Personlig Uniform Produksjon Mat, Avfall, Utstyr				
Arbeid i forhold til arbeidsplan				

- anvendt tid - arbeidsteknikk - holdning				
<b>Spesialkost/Diett</b> - Smak - Utseende - Konstinens Tid				
<b>Filetering av fisk</b>				
<b>Klargøring kjøtt</b>				
<b>Produkt lunsjrett</b>				
<b>Produkt Forrett</b>				
<b>Produkt hovedrett</b>				
<b>Produkt: Dessert</b>				
<b>Produkt Baking</b> gjærbakst - kake - dietskake				
Råvareforbruk/ kunnskap - svinn - porsjonsberegning - kvalitetsvurdering				
Vurdering av planlegging.				

## Læreplan i institusjonskokkfaget Vg3 / opplæring i bedrift

Fastsatt som forskrift av Utdanningsdirektoratet 5. februar 2008 etter delegasjon i brev av 26. september 2005 fra Utdannings- og forskningsdepartementet med hjemmel i lov av 17. juli 1998 nr. 61 om grunnskolen og den vidaregåande opplæringa (opplæringslova) § 3-4 første ledd.

Gjelder fra 01.08.2008

## Formål

Institusjonskokkfaget skal legge grunnlaget for yrkeskompetanse i produksjon av mat på ulike institusjoner i offentlig og privat sektor. Institusjonskokkfaget skal bidra til at faget videreføres som håndverksfag og samtidig utvikle fagarbeidere med kompetanse til å ta i bruk ny teknologi.

Opplæringen skal bidra til produksjon av trygge og sunne måltider med fokus på matglede, sensorikk og estetikk. Videre skal opplæringen legge vekt på sammenhenger mellom tilberedning av mat, ressursutnyttelse, næringsstoffer, kosthold og helse. All matproduksjon skal ha et kvalitetsstyringssystem basert på fareanalyse og kritiske kontrollpunkter. Opplæringen skal også bidra til å utvikle evne til service, samarbeid og kommunikasjon og fremme likestilling.

Opplæringen skal legge til rette for varierte arbeidsoppgaver, kreativitet og løsningsorientering.

Fullført og bestått opplæring fører fram til fagbrev. Yrkestittel er institusjonskokk.

## Struktur

Institusjonskokkfaget består av fire hovedområder. Hovedområdene utfyller hverandre og må ses i sammenheng.

### Oversikt over hovedområdene:

Årstrinn	Hovedområder			
Vg3 / opplæring i bedrift	Råvarer og produksjon	Kostplanlegging og spesialkost	Hygiene og kvalitetsstyring	Bransje, bedrift og miljø

## Hovedområder

### *Råvarer og produksjon*

Hovedområdet handler om kvalitetsvurdering, behandling av råvarer og hel- og halvfabrikater. Råvarenes egenskaper og bruksområder står sentralt. Hovedområdet omfatter også planlegging av måltider ut fra økonomi, ernæring og sensoriske og estetiske krav. Arbeidsteknikker, produksjonsmetoder, oppbevaring, god ressursutnyttelse og effektiv og økonomisk drift inngår.

### *Kostplanlegging og spesialkost*

Hovedområdet handler om planlegging og tilberedning av måltider og menyer og sammenhengen mellom matproduksjon, ernæring, kosthold og helse. Produksjon av trygge og ernæringsmessig riktige måltider og spesialkost i tråd med gjeldende retningslinjer står sentralt.

### *Hygiene og kvalitetsstyring*

Hovedområdet handler om mattrygghet i alle ledd fra valg av leverandør, varemottak, lagring, bearbeiding og produksjon til anretning og servering av måltider. Det omfatter også relevant regelverk og kvalitetsstyringssystemer med vekt på produksjonshygiene, næringsmiddelhygiene og personlig hygiene.

## *Bransje, bedrift og miljø*

Hovedområdet handler om organisering, arbeidsforhold, økonomisk resultat, service, samarbeid og kommunikasjon. Det omfatter videre etikk, helse, miljø og sikkerhet og relevante regelverk.

## **Grunnleggende ferdigheter**

Grunnleggende ferdigheter er integrert i kompetansemålene der de bidrar til utvikling av og er en del av fagkompetansen. I institusjonskokkfaget forstås grunnleggende ferdigheter slik:

*Å kunne uttrykke seg muntlig og skriftlig* i institusjonskokkfaget innebærer å arbeide med rapporter, presentasjoner, kostplanlegging, menyer og oppskrifter, kommunisere med samarbeidspartnere og bruke fagterminologi.

*Å kunne lese* i institusjonskokkfaget innebærer å nyttiggjøre seg faglitteratur og informasjon, bruke manualer, arbeidsplaner og arbeidsbeskrivelser, sammenligne og bruke oppskrifter og varedeklarasjoner.

*Å kunne regne* i institusjonskokkfaget innebærer å tolke, omarbeide og næringsberegne oppskrifter. Det vil også si å beregne mengder, tidsforbruk, råvareforbruk og svinn.

*Å kunne bruke digitale verktøy* i institusjonskokkfaget innebærer å kommunisere, bruke relevant informasjon og nyttiggjøre seg verktøyet til bruk i logistikk, til næringsberegning og kalkulasjon.

## **Kompetansemål**

### **Etter Vg3**

#### *Råvarer og produksjon*

*Mål for opplæringen er at lærlingen skal kunne*

- planlegge, gjennomføre, vurdere og dokumentere produksjon av mat på ulike institusjoner
- planlegge og tilberede måltider med vekt på utseende, lukt, smak, konsistens, ernæring og økonomi
- kvalitetsvurdere ferske råvarer, hel- og halvfabrikater og ferdige produkter
- klargjøre, dele opp og porsjonere råvarer for videre tilberedning
- velge egnede råvarer til ulike retter og bruke riktig tilberedningsmåte
- bruke tilberednings- og oppbevaringsmåter som ivaretar kvalitet, næringsinnhold, ernæring, ressursutnyttelse og økonomi
- bruke riktig utstyr og arbeidsteknikker
- bruke ny produksjonsteknologi
- foreta porsjonsberegning og produsere retter etter oppskrifter
- lage og anrette kalde og varme retter til ulike måltider og menyer med utgangspunkt i grunnleggende tilberedningsmetoder
- lage kraft, varme og kalde sauser og supper med utgangspunkt i grunnleggende tilberedningsmetoder
- lage og anrette desserter og dessertsauser med utgangspunkt i grunnleggende tilberedningsmetoder
- lage og anrette kaker og annet bakverk
- tilberede og anrette brødmåltider
- lage retter med utgangspunkt i lokal, nasjonal og internasjonal tradisjon og kultur
- tilberede og emballere mat for catering og servering internt og eksternt
- tilby og servere måltider til ulike brukere

### *Kostplanlegging og spesialkost*

*Mål for opplæringen er at lærlingen skal kunne*

- drøfte sammenhenger mellom matproduksjon og ernæring, kosthold og helse
- planlegge menyer i tråd med gjeldende anbefalinger for et sunt kosthold
- planlegge menyer for kortere og lengre perioder, ulike sesonger, høytider og arrangementer
- anrette, tilby og servere måltider for enkeltpersoner og grupper med spesielle behov
- planlegge og tilberede menyer for ulike former for spesialkost
- vurdere næringsinnholdet i råvarer og ferdige retter til normal kost og spesialkost ut fra brukerens behov
- gjøre rede for eventuell intoleranse og allergiske reaksjoner på grunn av råvarer, mat og drikke
- gjøre rede for og bruke spesialprodukter i tilberedningen
- informere om kostholdets betydning ved forebygging og behandling av ulike sykdommer
- gjøre rede for de mest brukte serveringssystemer og distribusjonsmåter for mat og måltider
- bruke fagterminologi

### *Hygiene og kvalitetsstyring*

*Mål for opplæringen er at lærlingen skal kunne*

- praktisere god personlig hygiene, produksjonshygiene og næringsmiddelhygiene i henhold til gjeldende regelverk og kvalitetsstyringssystemer
- utføre arbeidet i tråd med gjeldende regelverk og kvalitetsstyringssystemer for varemottak, oppbevaring av råvarer, produksjon, anretning og servering
- følge gjeldende regelverk og rutiner for persontrafikk og vareflyt
- vaske opp og utføre annet renhold og renholdskontroller i henhold til gjeldende regelverk
- håndtere avfall i tråd med gjeldende regelverk
- følge rutiner for forebygging og bekjempelse av insekter og andre skadedyr

### *Bransje, bedrift og miljø*

*Mål for opplæringen er at lærlingen skal kunne*

- gjøre rede for bedriftens rammebetingelser og organisering og sin egen rolle i bedriften
- drøfte hvilke faktorer som kan påvirke bedriftens økonomiske resultat
- følge krav til bekledning og drøfte arbeidsantrekkets utforming med tanke på estetikk, hygiene, helse, miljø og sikkerhet
- følge gjeldende regelverk for helse, miljø og sikkerhet
- utføre arbeidet i tråd med ergonomiske prinsipper
- gjøre rede for tilsynsmyndighetenes oppgaver og virkeområder i bedriften
- følge relevant regelverk for tilberedning og servering av mat og drikke
- yte profesjonell service og brukerbehandling
- drøfte etiske verdier og normer knyttet til institusjonskokkfaget
- bruke digitalt utstyr i arbeidet

## **Vurdering**

### **Vg3 institusjonskokkfaget**

Bestemmelser for sluttvurdering:

Hovedområder	Ordning
--------------	---------

Råvarer og produksjon	Alle skal opp til fagprøven, som normalt skal gjennomføres innenfor en tidsramme på to virkedager.
Kostplanlegging og spesialkost	
Hygiene og kvalitetsstyring	
Bransje, bedrift og miljø	

De generelle bestemmelsene om vurdering er fastsatt i forskrift til opplæringsloven.