

## DREIJÄHRIGE FACHSCHULE FÜR WIRTSCHAFTLICHE BERUFE

### 4. ERNÄHRUNG, GASTRONOMIE UND HOTELLERIE

#### 4.1 ERNÄHRUNG

2. Klasse:

3. Semester – Kompetenzmodul 3:

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Die Schülerinnen und Schüler

- können die Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung beschreiben sowie den Zusammenhang zwischen Ernährung und Gesundheit im beruflichen und alltäglichen Kontext berücksichtigen;
- können das eigene Ernährungsverhalten reflektieren und bewerten;
- haben grundlegende Kenntnisse über Nahrungsinhaltsstoffe, Fette, kohlenhydrat-, eiweiß-, vitamin- und mineralstoffreiche Nahrungsmittel und die wichtigsten Verfahren der Lebensmittelproduktion;
- können die Grundlagen der Sensorik beschreiben und ausgewählte Lebensmittel sensorisch beurteilen;
- können sich am Markt orientieren sowie als mündige Konsumentinnen und Konsumenten hinsichtlich Lebensmittelqualität, Nachhaltigkeit und Wirtschaftlichkeit verantwortungsbewusst handeln;
- können das theoretische Wissen über Ernährung und Lebensmittel mit der Praxis verknüpfen.

**Lehrstoff:**

Grundlagen der Ernährung (Ernährungsverhalten, Zusammenhang zwischen Ernährung und Gesundheit, Nährstoffbildung, Aufgaben und Bestandteile der Nahrung, Energie- und Nährstoffbedarf, Richtlinien einer vollwertigen Ernährung und lebensmittelbasierte Ernährungsempfehlungen).

Verdauung und Stoffwechsel.

Grundlagen der Sensorik.

Lebensmittel und Inhaltsstoffe der Nahrung (Energieliefernde und energiefreie Inhaltsstoffe, Fette, kohlenhydrat-, eiweiß-, vitamin- und mineralstoffreiche Nahrungsmittel).

4. Semester – Kompetenzmodul 4:

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Die Schülerinnen und Schüler

- haben grundlegende Kenntnisse über Würz- und Genussmittel, Getränke, die Lebensmittelkennzeichnung sowie alternative Produktionsformen;
- können sich am Markt orientieren sowie als mündige Konsumentinnen und Konsumenten bezüglich Lebensmittelqualität, Nachhaltigkeit und Wirtschaftlichkeit verantwortungsbewusst handeln;
- können Einflüsse auf das Konsumverhalten nennen und das eigene Verhalten kritisch bewerten;
- können Kostformen verschiedener Personengruppen und alternative Ernährungsformen erläutern;
- können ernährungsmitbedingte Krankheiten beschreiben und vorbeugende Maßnahmen setzen sowie entsprechende Diätenempfehlungen geben;
- können die Grundprobleme der Welternährung erläutern und Maßnahmen für das eigene Handeln ableiten;
- können das theoretische Wissen über Ernährung und Lebensmittel mit der Fachpraxis verknüpfen.

**Lehrstoff:**

Genussmittel und Würzmittel.

Getränke:

Alkoholfreie Getränke.

Alkaloidhaltige Getränke.

Alkoholische Getränke, Gefahren des Alkohols.

Lebensmittelqualität und -technologie:

Lebensmittelrecht.

Alternative Produktionsformen; Haltbarmachung und Lagerung.

Funktionelle Lebensmittel und Novel Food.

Lebensmitteltoxikologie.

Ernährung in Prävention und Therapie:

Ernährung verschiedener Zielgruppen (nach Alter und spezieller Belastungssituation).

Alternative Ernährungsformen.

Ernährungsmitbedingte Krankheiten.

Spezielle Kostformen und Diäten, Speisepläne.

Psychisch bedingte Extremstörungen im Essverhalten.

Ernährungs- und Konsumverhalten:  
Einflüsse; Verbraucherstatistik.  
Nachhaltiger Ernährungsstil; aktuelle Trends.  
Außer-Haus-Verpflegung.  
Ernährungsökologie und Welternährung.