



ÉLELMEZÉSVEZETŐ

SZAKMAISMERTETŐ INFORMÁCIÓS MAPPA

Humán erőforrás-fejlesztési Operatív Program
(HEFOP) 1.2 intézkedés

„Az Állami Foglalkoztatási Szolgálat fejlesztése”



ÉLELMEZÉSVEZETŐ

Feladatok és tevékenységek

Az emberszabású őseink növényevők voltak, elsősorban gyümölcsökkel, hajtásokkal, levelekkel táplálkoztak. A sztyeppék keletkezésével az akkor élő őseink vadászó életmódot folytattak. Kisállatokat, majd eszközeik tökéletesedésével a nagyvadakat is elejtették, s fogyasztották.

A jégkorszakokban a barlangokba meghúzódó ősemberek felfedezték a tüzet, melynél melegedtek, majd sütésre, főzésre is használták.

A kőkorszak első szakaszában az ember étkezése mai szemmel példa értékű volt. Fejlettnek és izmosnak gondolt ősünk vadon élő állatokat evett, melyek húsa zsírszegény, és telítetlen zsírsavakat tartalmazott, illetve vitaminokban és ásványi anyagokban gazdag növényi gyökereket, gyümölcsöket fogyasztott.

Tízezer évvel ezelőtt az ember hozzáfogott a növénytermesztéshez is. A gabonatermesztés Ázsiából terjedt Európába. Az árpa őse Afganisztánban, Perzsiában termelt, a búza elődjét Mezopotámiában termesztették. Az árpa, a búza, a rozs, a zöldborsó és a mák voltak az első termesztett élelmiszerek. Ezzel egy időben vált házi állattá a kecske, majd a szarvasmarha, a juh és a sertés is.

A kőkorszak második felében ősünk növényi táplálkozásra váltott. Legfőbb tápláléka a termesztett magvakból készített kenyér elődje volt, ennek sorába beletartozott a rizs, a köleskása, a lepény, valamint a kovással készült kenyér is. Egyiptomban 30-féle kenyeret ismertek. Táplálkozásuk hiányos volt, így növényevő ősünk kevésbé volt fejlett, mint húsevő elődje.

Az ókori görögök a szakácmesterséget művészetként tisztelték. Sok városállamban hatalmas lakomákat csaptak. Hippokratesz azonban már a diétáról is írt, azaz a helyes étrendről, amely az egészség megtartására irányult. Számos római költő is szólt az asztal örömeiről. A táplálkozás kettőssége, vagyis a fényűzésre, és a mértéktelenségre illetve az aszkézisre, önmegtagadásra való hajlam szinte az összes ókori civilizációban felbukkant.

Az emberiség lassan benépesítette a földet. A fokozódó élelmiszerigényét nem tudta fedezni, időről időre éhínség tört ki. Megfelelő minőségű, mennyiségű fehérjéhez csak a

mindenkori társadalmak kis csoportjai jutottak hozzá. A középkori Európa legfontosabb fogása a leves és a kása volt.

A mai táplálkozás minőségileg hiányos. Nagymértékű állati zsiradék és túlzott cukorfogyasztás, illetve kevés zöldség- és gyümölcsfogyasztás jellemzi. A modernkor rohanó embere kevés időt szán az étkezésre. A közétkeztetésnek, így az ételmezésvezetőknek igen nagy szerepe van abban, hogy mit eszünk a munkahelyünkön, hogyan táplálkoznak gyermekeink.

Miért szép és vonzó ez a szakma?

„Enni mindig kell!” mondogatják nagyanyáink. Akár hideg van, akár meleg, akár béke, akár háború, akár betegek vagyunk, akár egészségesek.

Otthon az ennivalóról legtöbbször a háziasszony, a család nőtagjai gondoskodnak. Ők találják ki, hogy mit egyen a család, intézik a bevásárlást, aztán meg is főzik az ételt, illetve sok esetben a családtagok elé is teszik.

Az emberek a táplálkozási szokások megváltozásával ritkábban étkeznek otthon. Az intézményekben, melyekben dolgoznak, tanulnak, vagy gyógyulnak – óvodákban, iskolákban, kórházakban, munkahelyeken – az ételmezésvezető gondoskodik arról, hogy megfelelő táplálékot vegyünk magunkhoz minden nap. Ő az, aki kitalálja, majd megszervezi, hogy mi kerüljön az emberek asztalára.

Az ételmezésvezető munkája sokunk számára ismeretlen. Nem is jut eszünkbe, hogy az ő munkájára kérdezzük rá akkor, amikor este otthonunkba hazatérve családtagjainknak (gyermekünket, házastársunkat) feltesszük a kérdést: „Mit ebédeltél ma?” „... és mindent megettél?” Pedig az ételmezésvezető munkájáról szóló beszámolók mindennapjaink egyik fő beszédtemája.

Melyek a jellemző feladatok, tevékenységek ebben a szakmában?

Az ételmezésvezető különböző intézmények (bölcsődék, csecsemőotthonok, kórházak, gyermekotthonok, szociális otthonok, gondozási központok, önkormányzatok központi ételmezési üzemei, óvodák, iskolák, öregek napközi otthona, népkonyhák, munkahelyek) konyháit vezeti. Megszervezi, irányítja és ellenőrzi az ételmezési üzemek, illetve tálalókonyhák munkáját a műszaki és személyi feltételek ismeretében.

Nincs közvetlen kapcsolata azokkal az emberekkel, akiknek ellátásáról, ételmezéséről gondoskodik. Mégis fontos, hogy emberekben, izlésekben gondolkodjon. Az elfogyasztott étel fontos a közérzetünk, testi fejlődésünk, egészségünk szempontjából. Az étel örömforrás, amit jó elfogyasztani, élvezni az ízét, illatát, színeit. Az ételt jó adni és kapni is.

Az ételmezési szakember szakszerűen lát el minket táplálékkal. Az ellátottak (csecsemők, kisdetek, gyermekek, serdülők, felnőttek, idősök) szakszerű ételmezését a biológiai igények, a higiénias és gazdasági-ügyviteli előírásokat szem előtt tartva végzi el. Az ételmezésvezető önállóan határozza meg az ellátottak energia- és tápanyagszükségletét.

Ezek meghatározásakor figyelembe veszi az életkori, a fizikai aktivitásból adódó, illetve az egészségi állapotból adódó különbségeket. Mászt kell, hogy kapjon egy óvodás korú kisgyerek és mászt egy üzemben dolgozó férfi.

Megtervezi az étlapot is, az ételmezésvezető ötletességén, ízlésén múlik az, hogy mennyire változatos ételeket eszünk. Számba kell vennie azonban, az egészséges táplálkozás alapelveit, a hazai táplálkozási szokásokat, hagyományokat is. Az étlapok elkészítésében ma már különböző étlapkészítő szoftverek, mintaétrendek is segítik az ételmezésvezetőt.

A szakmát végzőnek az étlap tervezésénél figyelembe kell venni az ételmezést igénybe vevők számát, körét. Egy konyha főzhet ötven ember számára, de akár több ezer ember számára is. Az ellátottak lehetnek különböző betegségekben szenvedők, illetve lehetnek különböző munkát végzők is. Az étlap tervezésénél figyelembe kell venni az ételmezési üzem által biztosított napi étkezések számát, megoszlását, az ételmezési üzem tárgyi és személyi feltételeit is. Fontos, hogy a rendelkezésre álló pénzkeretet nem lehet túllépni, csak abból lehet gazdálkodni, ami van. Figyelni kell a változatosságra és idényszerűsége is (pl. nyáron friss gyümölcs, zöldség kerülhet az asztalra, télen hüvelyesek).

A szakembernek ismernie kell a különböző energia- és tápanyagtartalom szerinti étrendeket. Ezeket el kell tudni készíttetni. Az étrendek, melyeket elkészíttet, a tápanyag összetételét tekintve lehet alap, energia- és fehérjebő, fehérjeszegény, energiaszegény, zsírszegény, nátriumszegény, gluténmentes (lisztérzékenyek diétája), laktózmentes (tejcukormentes) és cukorbeteg étrend. Az étrendek, az emészthetőség illetve állag alapján lehetnek normál, könnyű-vegyes, rostszegény, rostús, pépes vagy folyékony étrendek.

Az ételmezésvezető az ételeket különböző eljárások szerinti változatokban, különböző technológiákkal (sütés, főzés, párolás) készíttetheti el, másik fő tevékenységi területe az

ételkészítettséghez kapcsolódó adminisztratív feladatokat ellátása. Elvégzi az élelmezési üzem előírt ügyviteli-adminisztrációs feladatait. Ehhez informatikai eszközöket (számítógép, szoftverek) alkalmaz.

Elkészíti az élelmezési üzem munkatervét az étlap alapján, vagyis meghatározza a konyha dolgozóinak teendőit, feladatait, munkáját.

Az élelmezésvezető végzi az árrendelést. Ennek kapcsán kapcsolatokat tart fenn a beszállítókkal, szerződést köt, számlákat és pénzt kezel. A raktári készleteket is az élelmezésvezető kezeli. Nyilvántartja és elszámolja a nyersanyagkészletet. Ügyel a tárolásra, figyel az áru feltöltésre, gondoskodik arról, hogy a készletek ne halmozódjanak fel, hiszen az élelmi anyagok szavatossága véges. Mielőbb fel kell használni őket.

Az élelmezésvezető végzi az utalványozást és az élelmezési költségelszámolást is.

Az élelmezésvezető szervezi és működteti az élelmezési üzem munkáját. Ügyel a hatékonyságra, és a gazdaságosságra, a közétkeztetés céljának, feladatának és területének ismeretében.

A szakember feladata a higiéniai (közegészségügyi járványügyi előírások), a munkavédelmi és a minőségbiztosítási előírások betartása és betartatása is.

Ismernie kell a korszerű technikai eljárásokat az ételkészítéshez kapcsolódó különböző konyhatechnikai berendezések (például aprító és vágógépek, mosogatógépek, a gáz- illetve villanytűzhelyek, mikrohullámsütők, turmixgépek, stb.) használatát, étrendkészítés (pl. étrendkészítő szoftverek) és a dokumentáció területén (pl. számítógép, szoftverek) egyaránt.

Milyen anyagokkal, eszközökkel kell dolgoznia?

Az élelmezésvezető elsősorban irodai eszközökkel dolgozik: számítógép, papírok, tollak, ceruzák, gémkapcsok, tűzőgép, mappák, stb. Emellett a beszerzés és korszerűsítés során megrendeli a korszerű konyhatechnikai eszközöket, pl. ételmelegítők, keverők, tisztító-és mosogatógépek stb.

Az élelmezésvezető speciális eszközei: speciális szoftverek, melyek étrendet, étlapot terveznek. A szoftverek recepttűrákat is megadnak, melyekből megállapítható a kiszabás, vagyis egy-egy étel nagyüzemi receptleírását tartalmazza, és az ehhez tartozó nyersanyagot számolja ki. A számítógépes szoftver alkalmas még kalóriaszámításra, illetve segít a speciális étrendek kialakításában is.

Hol végzi a munkáját?

Idejének jó részét irodában tölti. Itt végzi az adminisztrációs feladatokat, itt szabja meg, hogy egy-egy ételhez milyen és mennyi nyersanyag szükséges, itt vezeti a nyilvántartásokat, itt tervezi az étrendet, étlapot, és itt végzi a gazdasági ügyeket is.

A konyhában, az ételmezési üzemekben felügyeli a munkát, irányít, ellenőrzi.

A munkahelyéhez tartozik a raktár is: zöldségraktár, szárazáru raktár, ahol csomagolt, dobozos árukat tárolnak. A raktárakat is folyamatosan ellenőrzi.

Munkája során kikkel kerül kapcsolatba, kikkel van dolga?

Az ételmezésvezető az ételmezési üzem, vagyis a konyha dolgozóival dolgozik együtt: raktárosokkal, szakácsokkal, konyhai kisegítőkkal, dietetikussal (a korszerű táplálkozás és a kímélő ételek összeállító szakembere), karbantartókkal, gazdasági ügyintézőkkel.

Együtt kell működnie a beszállítókkal, rakodókkal, a nyersanyagok biztosítása érdekében. A beszállítókkal kapcsolatban rendkívül fontos a bizalom. Az együttműködésben fontos a pontosság, illetve, hogy megfelelő árut biztosítsanak. A késés illetve a rossz minőségű áru veszélyeztetné a zökkenőmentes ellátást, étkeztetést.

Továbbá együtt kell működnie annak az intézménynek a vezetőjével, illetve dolgozóival is, ahol munkáját végzi. Kapcsolatba kerül a felügyeleti szervekkel, a tiszti orvosi szolgálattal, a közegészségügyi, járványügyi ellenőrrel.

Követelmények

Milyen fizikai igénybevétellel, megterheléssel jár a munkavégzés?

Tevékenysége döntően zárt térben folyó ülőmunkát jelent. Munkaidejének kisebbik hányadát teszi ki az ételmezési üzem (konyha) ellenőrzése, a dolgozók irányítása. A konyhában rövid ideig tartó hő, pára, terhelés érheti. A szervező tevékenység jelentős pszichés megterhelést jelent.

Milyen környezeti ártalmakkal, hátrányokkal járhat a szakma gyakorlása?

Munkája során elsősorban idegrendszeri megterhelésnek van kitéve.

Feladatai során komoly anyagi felelősség terheli. Az élelmezési üzem által nap, mint nap felhasznált élelmi anyagok, nyersanyagok megrendelésének, raktározásának és felhasználásának nyomon követése, a pontos mennyiségek meghatározása felelősségteljes munka. Egy hibás rendelés, vagy anyag kiszabás eredményeként az élelmiszer megromolhat, tönkre mehet, a kárért a felelősség az élelmezésvezetőt terheli.

A szakember, felelős az élelmezési üzem (konyha) higiénés szabályainak a betartásáért is. Az étel készítésének, tárolásának, a nyersanyag tárolásának, feldolgozásának komoly közegészségügyi járványügyi szabályai vannak, melyek megszegése tömeges megbetegedésekhez, fertőzésekhez vezethet. Az állandó veszélyeztetettség mindennapi stressz helyzetet jelent az élelmezésvezető számára.

Milyen egészségügyi követelményeket támaszt ez a szakma?

Fontos tudni, hogy minden foglalkozásnak szigorú egészségügyi alkalmassági feltételei vannak.

A fontosabb szempontok közül néhányat kiemelünk, tájékoztató jelleggel:

- ép hallás,
- karok, kezek, ujjak fokozott használata,
- jó látás,
- jó ízérzék,
- jó beszélőképesség,
- együttműködés,
- fokozott figyelem.

Milyen egyéb tulajdonságok megléte kedvező ebben a szakmában?

Az élelmezésvezető párhuzamosan dolgozik a jelen időben, illetve folyamatosan tervez a jövőre vonatkozóan. Több nappal, héttel előre kell látnia, hogy milyen és mennyi

nyersanyagra, milyen tevékenységekre lesz szükség, melyik dolgozó milyen tevékenységet fog végezni egy adott időpontban. Ugyanakkor folyamatosan nyomon követi az aktuális munkafolyamatokat, ellenőrzi, irányítja, koordinálja a munkát. Ehhez jó szervezőképesség szükséges.

Fontos a számolási képesség az étrend összeállításánál, a tápanyagok, kalóriák számításánál, a kiszabásnál, a készletek nyomon követésénél. A változatos étrendek, étlapok készítéséhez ötletgazdagság kell. Szükséges, hogy megtalálja a megfelelő hangot a munkatársaival, hisz az ételmezésvezető koordinálja a konyhán dolgozók munkáját.

A munkatársak összehangolt együttműködése szükséges ahhoz, hogy az asztalunkra finom, tápláló étel kerüljön időben, minden nap.

Milyen tantárgyakban kell jó eredményt elérni ehhez a szakmához?

Az ételmezésvezető képzés biológiai, (biokémiai, élettani), matematikai, (közgazdasági) és technikai ismeretekre épül. Ezekből a tantárgyakból érdemes jól teljesíteni.

Hasznos lehet az alapvető számítógépes ismeret, hisz az adminisztrációt számítógépen végezzük. Az Internetről is sok hasznos információt lehet beszerezni.

Milyen érdeklődési kör a legelőnyösebb ebben a szakmában?

Az ételmezésvezető szakmát választók szeretnek olyan tevékenységet végezni, amellyel segítenek másoknak életük vagy egészségük javításában.

Ezt a szakmát választók kedvelik az irodai munkát. Szeretnek adminisztrálni, írni, számokkal dolgozni. Aki ezt a szakmát választja, szereti a változatosságot. Az ételek naponta változnak, más-más nyersanyag, elkészítési mód, más tevékenység tartozik hozzájuk.

Számaira fontos a munkateljesítmény, vagyis szeretik látni munkájuk eredményét, az elkészített ételt, illetve azt is, hogy az hogyan fogy el. Például ízlik-e az aznapi ebéd a gyerekeknek, vagy sem.

Aki ezt a munkát választja, fontos számára, hogy tiszta, higiénikus környezetben dolgozzon.

Szakképzés

Az ételmezésvezető **képzés célja** olyan szakemberek képzése, akik a műszaki és személyi feltételek ismeretében szervezik, irányítják és ellenőrzik az ételmezési üzemek (bölcsődék, óvodák, iskolák, szociális és gondozási központok, kórházak és egyéb munkahelyek) munkáját. Táplálkozási- élettani igények, a higiénés és gazdasági ügyviteli előírások figyelembevételével képesek az ellátottak szakszerű ételmezésére, biztosítják az energia- és tápanyagszükségletet, étlapot terveznek, különböző ételkészítési technológiák alkalmazásával az ellátottaknak megfelelő étrendeket készíttetnek.

Előképzettség

A középfokú szakképesítésen való részvétel előfeltétele az érettségi bizonyítvány megléte, valamint egészségügyi alkalmasság.

Képzési idő

A képzés időtartama 1 félév. A szakmai gyakorlattal egybekötött szakképesítés- mely iskolarendszeren kívül megszerezhető- 70 százalékában gyakorlati képzés folyik.

A szakképzés elméleti és gyakorlati tárgyai

Energia- és tápanyagszükséglet meghatározása, étlap tervezése, különböző energia- és tápanyagtartalom szerinti étrendek (fehérjebő, fehérjeszegény, zsírszegény, laktózmentes) összeállítása, az egészséges táplálkozás és az egyes diéták ételkészítési technológiái, ételmezési üzemben előírt ügyviteli-adminisztrációs és gazdasági feladatok, higiéniai és a munkavédelmi előírások.

A szakképesítés vizsgakövetelményei

A szakmai vizsga munkafadatait, a szakmai vizsgát szervező intézmény dolgozza ki az alábbi tantárgyakból: Étlaptervezés, Gazdasági ügyvitel.

A szakmai elméleti vizsga tantárgyai: táplálkozástan, élelmiszer-áruismeret, étlaptervezés, ételkészítési technológia, ételmezési üzemszervezés, gazdasági ügyvitel, ételmezéshigiénia, műszaki és munkavédelmi ismeretek.

Írásbeli vizsga során a vizsgázók központilag kiadott feladatlapot oldanak meg a fenti tantárgyakból. Szóbeli vizsga során az alábbi témakörökből kell kérdéseket megválaszolni: Táplálkozástan, Élelmiszer-áruismeret, Étlaptervezés, Ételkészítési technológia, Élelmezési üzemszervezés, Gazdasági ügyvitel, Élelmezéshigiénia, Műszaki és munkavédelmi ismeretek.

A szakképesítés OKJ azonosító száma: 52 6601 01

Kapcsolódó foglalkozások

Anyaggazdálkodó,

Készletező,

Eszközgazdálkodó,

Anyagnyilvántartó.

A szakképesítéssel betölthető munkakörök

Élelmiszer ügyintéző,

Élelmezési menedzser,

Beszerzési asszisztens,

Beszerzési előadó,

Élelmiszer beszerző.

A szakmával kapcsolatos további információk részletesen a Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Intézet: www.nive.hu honlapján található, Szakképzési dokumentumok címszó alatt.

Szakmai gyakorlat és szakmai továbbképzés az Európai Unióban

Az alábbi honlapon különböző nemzeti és nemzetközi oktatási-képzési pályázati programok találhatóak. Így többek között az Európai Bizottság Socrates oktatási, és Leonardo da Vinci szakképzési programjai, valamint a felsőoktatásban résztvevők közép-európai CEEPUS programja.

A honlap információt nyújt a felsőoktatási rendszereket támogató Tempus III. és az Erasmus Mundus programokról, valamint az Európai Unió 6. Kutatási és Technológiafejlesztési Keretprogramjának lehetőségeiről.

Elérhetőség: www.tka.hu

Kereseti lehetőségek:

Az egyes foglalkozások átlagkereseti statisztikáját – több évre visszamenőleg – az Állami Foglalkoztatási Szolgálat honlapján teszi közzé, a Statisztika menüpontban (egyéni bérek és keresetek statisztikája).

Elérhetőség: www.afsz.hu

Elhelyezkedési lehetőségekről tájékozódhat az Állami Foglalkoztatási Szolgálat kirendeltségein, a www.afsz.hu internetes elérhetőségen, vagy mobiltelefonon a <http://wap.afsz.hu> linken.

Kiadja: Foglalkoztatási és Szociális Hivatal

Felelős kiadó: Pirisi Károly főigazgató

Ez a kiadvány az Európai Unió és a Magyar Állam társfinanszírozásával 2005-ben készült. Aktualizálva 2008-ban.
A jelen dokumentum tartalma nem feltétlenül tükrözi az Európai Bizottság a tárgyra vonatkozó hivatalos véleményét.