

Dit is een specifieke opleiding dieetkoken. In deze opleiding worden verschillende diëten besproken en gerechten uitgewerkt, aangepast aan een gekozen dieet (diëten).

Dit is een praktische opleiding waarin steeds 3 gerechten (voorgerecht, hoofdgerecht en nagerecht) worden klaargemaakt.



DIEETKOKEN VOOR DE HUISHOUDHULP

INHOUD:

- > Diëten
 - Natriumbeperkt
 - Vezelrijk of cellulose verrijkt
 - Licht verteerbaar
 - Energiebeperkt
 - Cholesterolbeperkt
 - Diabetes
 - Voeding met afwijkende consistentie
- > Theoretisch gedeelte bij elk soort dieet:
 - Wat?
 - Indicaties
 - Algemene richtlijnen
 - Toegelaten voedingsmiddelen
 - Verboden voedingsmiddelen
- > Praktijk
 - Koken van de gekozen bereidingen. Er wordt een dieetmenu gekozen op voorhand en deze menu wordt uitgevoerd tijdens de opleiding zelf.

PRAKTISCHE INFORMATIE:

- > Waar: Locatie van de organisatie of gehuurde externe locatie in stad of gemeente naar keuze. Op deze locatie moet minstens 1 keuken aanwezig zijn.
- > Taal: Nederlands
- > Aantal deelnemers: +/- 6 à 8 deelnemers (per keuken)
- > Duurtijd: 4 uur, aanpasbaar op maat
- > Doelgroep: zowel voor de beginnende als ervaren huishoudhulp
- > Explorensia zorgt voor het nodige didactische materiaal, afhankelijk van de uitrusting van de ter beschikking gestelde keuken.

VOOR MEER INFO & INSCHRIJVINGEN