

# Edu4all



Keuzevak Traiteur

## Werken in een gezonde schoolkantine

**Serienummer:**

**Licentie:**

Voor het activeren van de licentie kijk op pagina 5 van dit werkboek.

**Te activeren tot:**

## COLOFON

Uitgeverij: Edu'Actief b.v.  
0522-235235  
info@edu-actief.nl  
www.edu-actief.nl

Auteur(s): Martin Hilgen, Arjen Snapper  
Inhoudelijke redactie: Wout Verveer  
Illustraties: www.pixton.com  
Foto's: www.shutterstock.com

Titel: Werken in een gezonde schoolkantine  
ISBN: 978 90 3722 506 8

Eerste druk/ eerste oplage  
© Edu'Actief b.v. 2016  
(Martin Hilgen, Arjen Snapper, 2015 - 2016)

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van reprografische verveelvoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h Auteurswet dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht ([www.reprorecht.nl](http://www.reprorecht.nl)). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in compilatiewerken op grond van artikel 16 Auteurswet kan men zich wenden tot de Stichting PRO ([www.stichting-pro.nl](http://www.stichting-pro.nl)).

De uitgever heeft ernaar gestreefd de auteursrechten te regelen volgens de wettelijke bepalingen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen zich alsnog tot de uitgever wenden.

Door het gebruik van deze uitgave verklaart u kennis te hebben genomen van en akkoord te gaan met de specifieke productvoorwaarden en algemene voorwaarden van Edu'Actief, te vinden op [www.edu-actief.nl](http://www.edu-actief.nl).

## Inhoud

---

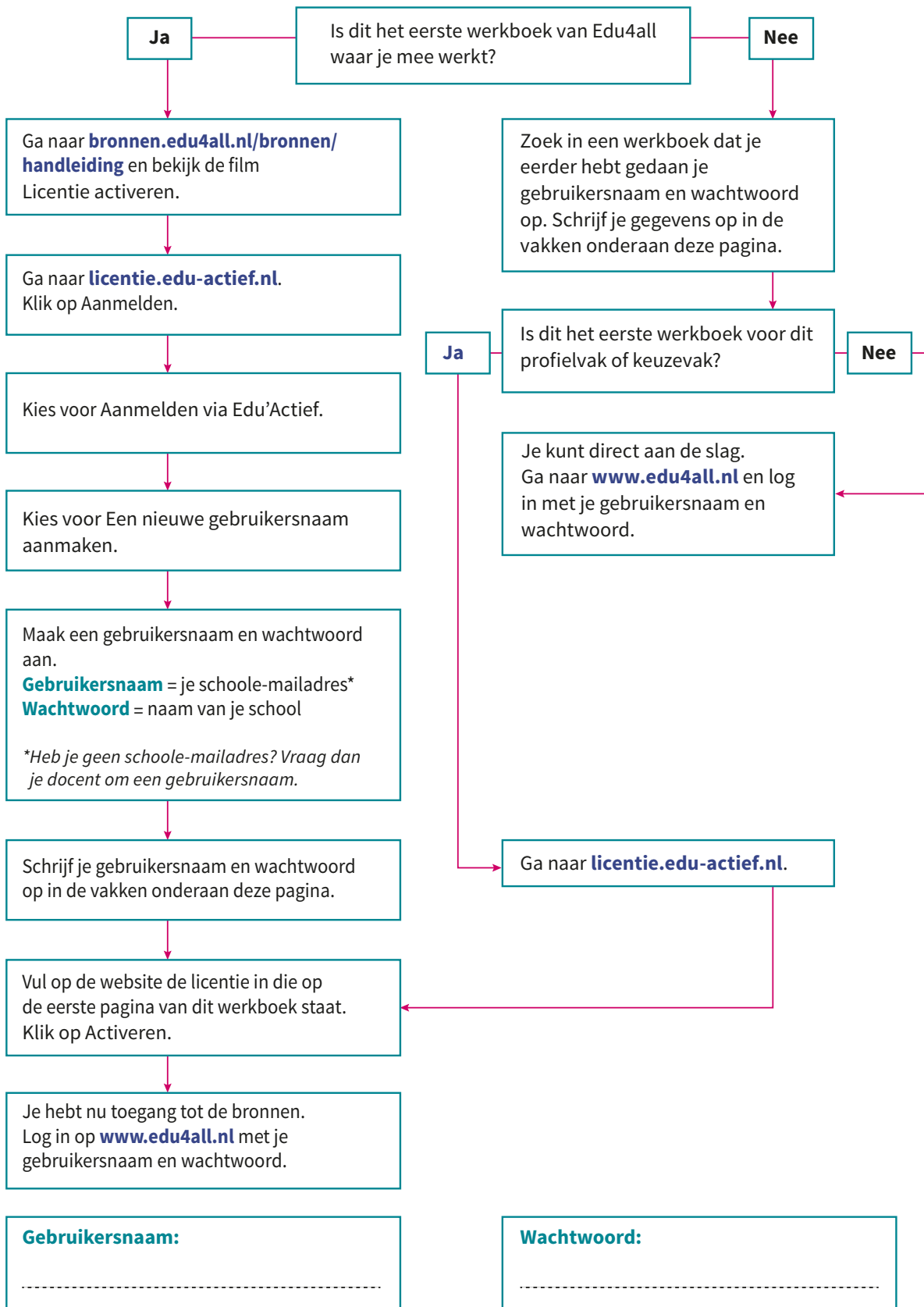
WERKEN MET EDU4ALL .....	5
<b>Deel A De cateraar in school .....</b>	<b>7</b>
<b>Oriënteren .....</b>	<b>7</b>
Taak 1 Kennismaken met de cateraar in school .....	7
Taak 2 De leerdoelen bij Deel A .....	8
Taak 3 Taken plannen .....	8
<b>Aan de slag .....</b>	<b>9</b>
Taak 4 Gezonde hoofdmaaltijden .....	10
Taak 5 Voedingsmiddelen en -stoffen .....	16
Taak 6 Inrichten van een buffet .....	20
Taak 7 Hygiëne .....	29
<b>Evalueren &amp; Reflecteren .....</b>	<b>35</b>
Taak 8 Terugkijken en verder kijken .....	35
Taak 9 Voorbereiden op de toets .....	37
<b>Deel B Assortiment van de gezonde schoolkantine .....</b>	<b>38</b>
<b>Oriënteren .....</b>	<b>38</b>
Taak 1 Kennismaken met de gezonde schoolkantine .....	38
Taak 2 De leerdoelen bij Deel B .....	39
Taak 3 Taken plannen .....	39
<b>Aan de slag .....</b>	<b>40</b>
Taak 4 Wensen en behoeften onderzoeken .....	41
Taak 5 Micro-organismen en assortiment bepalen .....	44
Taak 6 Gerechten voor de gezonde schoolkantine .....	49
Taak 7 Presenteren van gerechten .....	58
<b>Evalueren &amp; Reflecteren .....</b>	<b>64</b>
Taak 8 Terugkijken op de taken .....	64
Taak 9 Voorbereiden op de toets .....	66
<b>Deel C Organisatie in de gezonde schoolkantine .....</b>	<b>67</b>
<b>Oriënteren .....</b>	<b>67</b>
Taak 1 Kennismaken met de organisatie van de gezonde schoolkantine .....	67
Taak 2 De leerdoelen bij Deel C .....	68
Taak 3 Taken plannen .....	69
<b>Aan de slag .....</b>	<b>70</b>
Taak 4 Voorraadbeheer .....	70
Taak 5 Drinken in de gezonde schoolkantine .....	73
Taak 6 Allergenen .....	79
Taak 7 Broodjes in de gezonde schoolkantine en HACCP .....	81

<b>Evaluëren &amp; Reflecteren</b> .....	<b>85</b>
Taak 8 Terugkijken en verder kijken .....	85
Taak 9 Voorbereiden op de toets .....	88
<b>Deel D Werken in de gezonde schoolkantine</b> .....	<b>89</b>
<b>Oriënteren</b> .....	<b>89</b>
Taak 1 Kennismaken met werken in de gezonde schoolkantine .....	89
Taak 2 De leerdoelen bij Deel D .....	89
Taak 3 Taken plannen .....	90
<b>Aan de slag</b> .....	<b>91</b>
Taak 4 De schijf van vijf en het vinkje .....	92
Taak 5 Lunchspecials in de gezonde schoolkantine .....	95
Taak 6 Gerechten met fruit in de gezonde schoolkantine .....	99
Taak 7 Kassahandelingen en afrondende werkzaamheden .....	104
<b>Evaluëren &amp; Reflecteren</b> .....	<b>107</b>
Taak 8 Terugkijken en verder kijken .....	107
Taak 9 Voorbereiden op de toets .....	110



### REGISTREREN, AANMELDEN EN LICENTIE ACTIVEREN

Je gaat aan de slag met Edu4all. Volg volgend schema om te kijken wat je moet doen.



## BRONNEN

In dit werkboek staan opdrachten. Om deze opdrachten te maken, heb je soms bronnen nodig, zoals tekstbronnen, films, websites en de Theek-iT.

Wanneer je een bron gaat gebruiken, staat er een pictogram in je werkboek: 

Achter het pictogram staat in paarse, dikgedrukte tekst welke bron je nodig hebt. Bijvoorbeeld:

 Lees **Tekstbron 1.2 Persoonlijke verzorging**. Maak daarna opdracht 13 tot en met 16.


 Bekijk de **Film Werken in de thuiszorg bij ouderen**. Maak daarna opdracht 1.

Bij het eerste voorbeeld ga je een tekstbron lezen. Bij het tweede voorbeeld ga je een film bekijken.


Deze bronnen vind je op [www.edu4all.nl](http://www.edu4all.nl).

Op [bronnen.edu4all.nl/bronnen/handleiding](http://bronnen.edu4all.nl/bronnen/handleiding) wordt uitgelegd hoe je werkt met de bronnen op de website.

## OVERLEG MET JE DOCENT


Soms is het nodig om te overleggen met je docent. Je ziet dan dit pictogram in je werkboek: 

Achter het pictogram staat waarover je met je docent gaat overleggen. Bijvoorbeeld:

-  **61.** In Taak 3 heb je een planning ingevuld. Bekijk deze.
- Kijk in kolom 5. Taak 12 tot en met 14 ga je nog maken. Zijn alle andere taken af? Zo nee, overleg met je docent welke taken je nog moet doen.

## OPDRACHTEN VOOR KB EN GL

Doe jij de kaderberoepsgerichte of gemengde leerweg? Dan zitten er speciale opdrachten voor jou in het werkboek. Je herkent deze opdrachten aan de volgende pictogrammen:

 opdracht voor leerlingen van de kaderberoepsgerichte leerweg

 opdracht voor leerlingen van de gemengde leerweg.

We wensen je veel succes en plezier met het maken van de opdrachten!

Team Edu4all

## Oriënteren

### Taak 1 Kennismaken met de cateraar in school

Een schooldag begint meestal vroeg in de ochtend. Nadat je wakker is gegaan, ga jij je klaarmaken voor een nieuwe schooldag. Na het ontbijt vertrek je naar school. Je neemt je eigen lunchtrommel mee of je koopt een lunch in de kantine. Of misschien ga je weleens naar de snackbar of supermarkt om de hoek om eten te kopen.

Iedere school is verschillend en richt de kantine op een eigen manier in. In sommige scholen verzorgt een ander bedrijf het eten en drinken. Zo'n bedrijf noemen we een cateringbedrijf. Er zijn ook scholen die personeelsleden in dienst hebben die het eten en drinken verzorgen. Ook zijn er scholen die een afdeling Horeca, Bakkerij en Recreatie of Zorg en Welzijn hebben. De leerlingen verzorgen dan soms het dagelijkse eten en drinken in de kantine.



1. Onderzoek in jouw school hoe en welke producten in de kantine worden aangeboden.
  - a. Regelt de school zelf het eten en drinken? Zo ja, welke medewerkers van school verzorgen het eten en drinken?

---

- b. Als het eten en drinken niet wordt geregeld door jouw school, wie doet dat dan binnen jullie school?

---

- c. Wie is verantwoordelijk voor het kantineaanbod binnen jullie school?

---

- d. Is het aanbod dagvers of wordt er veel uit een automaat verkocht?

---

- e. Wat voor afspraken zijn er bij jullie op school over roken?

---

- f. Wat voor afspraken zijn er bij jullie op school over energydrankjes?

---

## Deel A De cateraar in school

2. Schrijf in eigen woorden op wat jij verstaat onder een gezonde schoolkantine.

---

---

3. Heb je alle opdrachten van Taak 1 gemaakt? Kijk je antwoorden na als je dat met je docent hebt afgesproken.

## Taak 2 De leerdoelen bij Deel A

---

Als je een gezonde schoolkantine wilt, moet je:

1. verschillende vormen van catering uitleggen
2. weten wat (gezonde) hoofdmaaltijden zijn
3. weten wat voedingsmiddelen zijn
4. weten wat voedingsstoffen zijn
5. apparatuur, gereedschappen en materialen kunnen benoemen die een cateraar gebruikt
6. een buffet kunnen inrichten
7. kunnen uitleggen wat HACCP is
8. weten wat een hygiëncode is
9. kennis hebben van reinigen en desinfecteren.

4. Wat lijkt jou het leukste leerdoel? Leg uit waarom.

---

5. Wat lijkt jou het minst leuke leerdoel? Leg uit waarom.

---

6. Wat is volgens jou het verschil tussen voedingsstoffen en voedingsmiddelen?

---


---

7. Heb je alle opdrachten van Taak 2 gemaakt? Kijk je antwoorden na als je dat met je docent hebt afgesproken.

## Taak 3 Taken plannen

---

In deze taak ga je de taken van dit deel inplannen.

8. Bekijk Taak 1 tot en met 9. En bekijk het schema hierna.
- a. Maak een planning voor de taken die je nog gaat doen.
  - b. Zoek in de taken naar de opdrachten met . Bij welke opdrachten is overleg met je docent of controle door je docent nodig?

---

---



- c. Overleg met je docent:
- op welke momenten jij de antwoorden van de gemaakte opdrachten gaat nakijken
  - op welke momenten je docent jouw werk zal beoordelen.
- d. Heb je een taak af? Zet een √ in kolom 5. Zet een - als je een taak niet kon doen. Als je Taak 1 en 2 gedaan hebt kun je deze nu afvinken.

1. Taak	2. Onderwerp	3. Richttijd in minuten Voorbereiden	4. Richttijd in minuten Uitvoeren	5. Richttijd in minuten Terugkijken	6. Af	7. Paraaf docent
1	De cateraar in school	25				
2	De leerdoelen bij Deel A	15				
3	Taken plannen	10				
4	Gezonde hoofdmaaltijden	25	50	5		
5	Voedingsmiddelen en -stoffen	25	90	5		
6	Inrichten van een buffet	25	120	5		
7	Hygiëne	25	120	5		
8	Terugkijken en verder kijken	25				
9	Voorbereiden op de toets	25				

## Aan de slag

Pieter is in dienst van het Wederland College. Hij is werkzaam in de kantine. Pieter heeft een mbo-opleiding gevolgd tot basiskok. Nu verzorgt hij samen met een aantal collega's het eten en drinken in school. Pieter is ontevreden over de producten die verkocht worden in de kantine. Hij heeft aan de directeur gevraagd of hij de kantine van de school mag 'omtoveren' tot een gezonde schoolkantine. De directeur heeft hierop ja gezegd. Maar de leerlingen moeten dan wel helpen. Daarom vraagt Pieter jou en je medeleerlingen om hulp.

## Deel A De cateraar in school



### Taak 4 Gezonde hoofdmaaltijden

Pieter roept jullie bij elkaar. 'Als we een gezonde schoolkantine willen in onze school, dan is het belangrijk dat we allemaal weten wat de hoofdmaaltijden zijn en wat een gezonde maaltijd is', zegt Pieter. In deze taak leer je meer over gezonde hoofdmaaltijden.

#### VOORBEREIDEN



**BRON**

Lees **Tekstbron 10.1 Hoofdmaaltijden**. Maak daarna opdracht 9 tot en met 13.

9. Gedurende de dag kennen we verschillende eetmomenten. Welke drie hoofdmaaltijden zijn er?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_



10. Na een goede nachtrust is het nodig dat je lichaam weer genoeg energie heeft om de dag door te komen.

a. Wat is een goed ontbijt?

---

---

---

b. Waarom is het ontbijt een belangrijke maaltijd?

---

---

---

c. Hoeveel kcal moet een ontbijt ongeveer leveren?

---



d. Je ziet hiervoor verschillende afbeeldingen. Welke afbeelding is volgens jou het minst gezond? Leg uit waarom dit zo is.

---

---

11. Wanneer je gevarieerd eet, krijgt je lichaam veel verschillende voedingsstoffen binnen.

a. Hoeveel gram groenten moet je eten per dag?

---

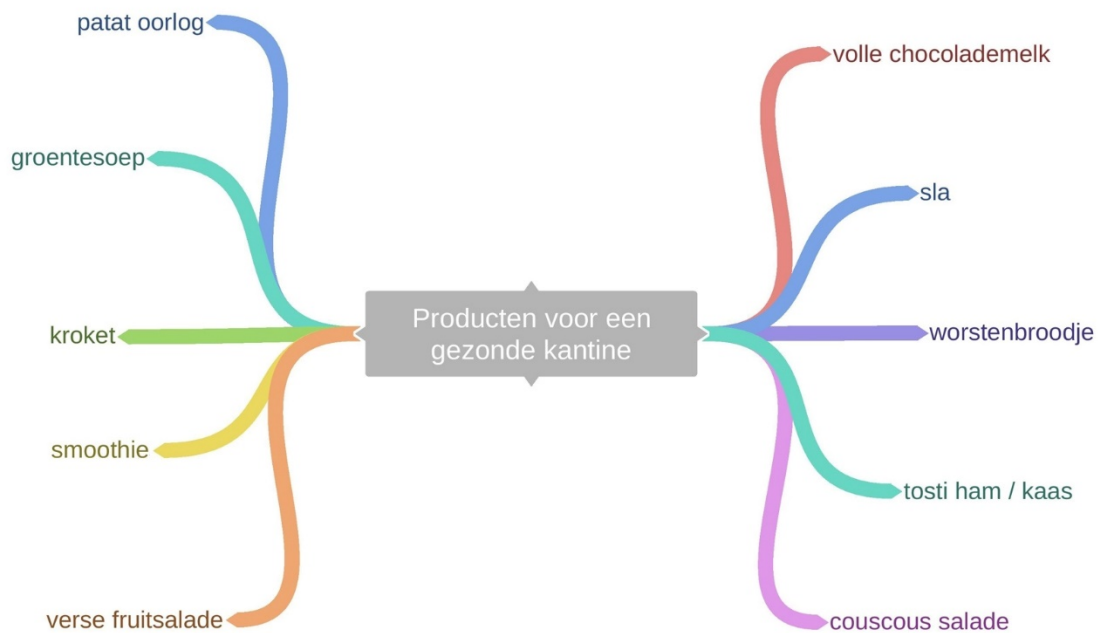
b. Waaruit bestaat een gezonde lunch?

---

---

## Deel A De cateraar in school

- c. Hierna zie je een woordweb met verschillende producten. Welke producten horen bij een gezonde lunch? Onderstreep deze producten.



**12.** Waaruit bestaat jouw ontbijt, lunch en avondmaaltijd?

a. Mijn ontbijt bestaat uit: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

b. Mijn lunch bestaat uit: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

c. Mijn avondmaaltijd bestaat uit: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**13.** Voldoen jouw hoofdmaaltijden aan de regels voor gezonde voeding? Leg uit waarom wel of waarom niet.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



BRON

Lees **Tekstbron 5.1 Kennismaken met de horeca**. Maak daarna opdracht 14.

- 14.** De bedrijfstak Horeca is niet één bedrijf, het is een verzameling.  
a. Geef aan of de stellingen juist zijn. Zet een X in de juiste kolom.

Stelling	Juist	Onjuist
Met een horecaproduct bedoelen we: alles wat personen of bedrijven maken en kunnen verkopen.		
Geld is een horecaproduct.		
Diensten zijn niet tastbare delen van een product.		
Voor iemand een taxi bellen is een dienst.		
Verse smoothies zijn goederen.		
Het belangrijkste product wat een horecabedrijf verkoopt is een bijproduct.		
Kranten en tijdschriften worden vaak in hotels als bijproducten aangeboden.		
Kenmerken van een instelling en catering zijn voeding en dienstverlening.		
Het hoofdproduct van een instelling is de zorg voor bewoners en het bereiden en rondbrengen van voeding.		
Als gast kom je vaak naar een cateringbedrijf.		

## Deel A De cateraar in school

b. Beantwoord de vragen.

1. Het hoofdproduct van een logiesverstrekkend bedrijf is: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. Het hoofdproduct van een maaltijdverstrekkend bedrijf is: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. Het hoofdproduct van een drankverstrekkend bedrijf is: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

c. Welke omschrijving hoort bij welke soort catering?

instellingscatering	verzorgen van maaltijden in kantines en bedrijfsrestaurants
schoolcatering	verzorgen van maaltijden voor feesten en partijen
partycatering	verzorgen van de maaltijden in scholen
bedrijfscatering	verzorgen van de maaltijden in inrichtingen en gevangenissen

**BRON**

Lees **Tekstbron 10.2 Bedrijfscatering**. Maak daarna opdracht 15.

**15.** Keuze uit verschillende broodjes, soepen en dranken in de pauze, dat wil toch iedereen?

- a. Omschrijf in eigen woorden wat een cateringbedrijf doet.  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- b. Wat zijn de voordelen van het inhuren van een extern bedrijf als cateraar?  
\_\_\_\_\_
- c. Wat is een nadeel?  
\_\_\_\_\_
- d. Wat zou je zelf als voor- of nadeel kunnen bedenken bij het inhuren van een cateraar?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### UITVOEREN

Samen met Pieter gaan jullie het aanbod in de schoolkantine gezond maken. Om dit te kunnen zal er eerst wat research gedaan moeten worden. Er moeten gekeken worden of het huidige en toekomstige assortiment wel gezond genoeg is.





16. Overleg met je docent wanneer je de volgende opdracht moet uitvoeren.



**BRON**

Bekijk de [Website Gezonde kantine](#). Maak daarna opdracht 17.

17. Je gaat onderzoeken wat volgens de richtlijnen voor een gezonde schoolkantine minimaal moet worden aangeboden in een schoolkantine. Vul het schema hierna in.

GOUD	ZILVER	BRONS

**BRON**

Bekijk het [Formulier Assortiment in de kantine](#). Maak daarna opdracht 18.

18. Welke producten worden er op dit moment aangeboden in de kantine van jouw school? Noteer ook de prijs van de producten. Vul het formulier in.

**TERUGKIJKEN**

19. Je hebt gekeken wat de richtlijnen zijn voor een gezonde schoolkantine en hebt een lijst gemaakt met daarop de verschillende producten die verkocht worden in de kantine van jouw school. In hoeverre voldoet de schoolkantine aan de eisen die gelden volgens het voedingscentrum? Noteer jouw conclusie. Mijn conclusie is dat de kantine van onze school:

---



---



---



---