



TALLINNA TEENINDUSKOOLI KOOLITUSKESKUSE ÕPPEKAVA

1. Üldandmed

Õppeasutus:	Tallinna Teeninduskool
Õppekava nimetus:	Koka baaskoolitus
Õppekavarühm:	Majutamise ja toitlustamise õppekavarühma kokanduse alarühm
Õppekeel:	Eesti keel/vene keel

2. Koolituse sihtgrupp ja õpiväljundid

Sihtrühm ja selle kirjeldus ning õppe alustamise nõuded

Sihtrühm:

- toitlustus- ja majutusvaldkonna töötajad, kellel puudub toiduvalmistamisega seotud erialane haridus;
- inimesed, kes soovivad alustada tööd toitlustuses;
- kokandusest ja toidutegemisest huvitatud.

Grupi suurus: kuni 14 inimest

Õppe alustamise nõuded:

Eesti/vene keele oskus tasemel B1.

Õpiväljundid

Kursuse läbinu:

- teab ja tunneb toiduohutuse aluseid, jälgib isikliku hügieeni nõudeid;
- töötab köögis ohutult, järgib köögi sisekorraeskirju;
- kasutab ressursse otstarbekalt ja keskkonda säästes;
- planeerib ja teostab juhendaja abil oma tööd köögis;
- valmistab juhendamisel, tehnoloogilisest kaardist lähtudes, lihtsamaid toite, kasutades sobivaid seadmeid ja töövahendeid
- tuleb toime lihtsamate puhastus- ja koristustöödega köögis;
- katab lihtsamaid laudu ja serveerib toite juhendamisel.

Õpiväljundite seos kutsestandardi või tasemeõppe õppekavaga

Abikokk, kutsestandardi tase 3, kinnitatud Teeninduse Kutsenõukogu otsusega 05.05.2022. 7/24.05.2017, <https://www.kutseregister.ee/ctrl/et/Standardid/vaata/11021726>. Kompetentsid B.3.1; B.3.2; B.3.3; B.3.4.

3. Koolituse maht

Koolituse kogumaht akadeemilistes tundides:	
Kontaktõppe maht akadeemilistes tundides:	160
sh auditoorse töö maht akadeemilistes tundides: (õpe loengu, seminari või muus koolis määratud vormis)	34
sh praktilise töö maht akadeemilistes tundides: (õpitud teadmiste ja oskuste rakendamine õppekeskkonnas)	126
Koolitaja tagasisidestatava iseseisva töö maht akadeemilistes tundides:	0

4. Koolituse sisu ja õppekeskkonna kirjeldus ning lõpetamise nõuded

Õppe sisu ja õppekeskkonna kirjeldus

Õppe sisu:

Teoreetiline õpe (34 tundi):

- toiduhügieeni alused;
- puhastustööd köögis, seadmed ja tööohutus;
- töökorralduse alused ja aja planeerimine;
- jätkusuutlik toiduvalmistamine, ressursside säästlik kasutamine;
- lihtsama laua katmine, serveerimine;
- toiduainete eeltöötlus ja kuumtöötlemisvõtted;

Praktiline töö köögis (126 tundi):

- tükeldamine ja noa käsitlemine;
- salatid ja erinevad salatikastmed;
- puljongid;
- kanapuljongi baasil supid;
- kalapuljongi baasil supid;
- munad mitmel viisil;
- hommikusöögitoitude (pudrud, pannkoogid, sõrnikud)
- pastatoitude (pakist pastad ja kastmed, lasagne, ravioolid, pelmeenid)
- riisitoitude (risoto ja paella);
- lisandid teraviljadest (bulgur, kuskus ja jasmiini riis);
- toidud hakklihast (kebab, pikkpoiss, täidetud hakklihatooteid lisandite ja kastmega);
- hautised ja pajaroad, lisanditega;
- kanatoitude ja lisandid (kana lahti võtmine ja toidud kanast);
- kalatoitude ja lisandid (kala fileerimine ja toidud kalast);
- lihatoitude ja lisandid;
- paneeritud toodete valmistamine (šnitsel, küüslaugukartulid, kaste);
- magustoitude valmistamine (creme brule, fondant, Pavlova);
- suupisted;
- vegantoitude (bao kukkel, frititud road, wrapid).

Õppekeskkonna kirjeldus: Tallinna Teeninduskoolis toimub õppetöö kaasaegses renoveeritud Majaka 2 asuvas õppehoones. Teooriatunnid toimuvad moodsa tehnikaga (projektor, videoaparatuur) varustatud õppeklassides. Praktilised tunnid toimuvad õppeköörides. Lisaks õppekööridele on olemas ka esitlusklass, kus toimuvad degusteerimised. Tallinna Teeninduskool on MTÜ Eesti Peakokkade Ühenduse poolt atesteeritud koka kutseksamikeskus.

Nõuded õppe lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja -kriteeriumid

Hindamismeetod:

Mitteeristav hindamine (arvestatud/mittearvestatud)

Valikvastustega hügieenitest ning praktiline eksam.

Praktilise eksami ülesanne: kahekäigulise lõunasöögi valmistamine ja serveerimine vastavalt tehnoloogilistele kaartidele, etteantud ajaga, individuaalselt.

Hindamiskriteeriumid:

- järgib personaalse hügieeni nõudeid (kokariided ja põll on puhtad ja triigitud, köögitööks sobivad jalanõud, ehteid pole, käed korrektselt hooldatud, küüned lühikesed)
- arvestab köögis töötades hügieeninõuetega, tagab toidu ohutuse (ristsaastuse vältimine, õigel temperatuuril tooraine hoidmine)
- valmistab ette ja hoiab korras oma töökoha, lähtudes tööülesannetest ning hügieeni- ja tööohutuse nõuetest
- järgib köögis töötades tööohutuse nõudeid
- kasutab ressursse otstarbekalt ja keskkonda säästes (vesi, elekter, tooraine säästlik kasutamine, prügi sorteerimine jms)
- planeerib oma tööd vastavalt tehnoloogilistele kaartidele ja juhendaja korraldustele
- peab kinni planeeritud tööde ajakavast, serveerib toidud vastavalt etteantud ajakavale
- kaalub toiduained lähtuvalt tehnoloogilisest kaardist
- valmistatud toitude maitse vastab lävendile
- valmistatud toitude välimus ja serveerimine vastab lävendile
- valmistatud toidud on serveeritud tehnoloogilisel kaardil ettenähtud koguses
- valmistatud toidud on serveeritud sobival temperatuuril (külmad toidud külmana, soojad toidud soojana, soojendatud taldrikul)

Nõuded õppe lõpetamiseks:

Sooritatud hügieenitest ja praktiline eksam ning vähemalt 70% ulatuses kontakttundides osalemine.

Kui õpiväljundid on saavutatud, väljastatakse õppijale tunnitus, kui mõni õpiväljund jääb saavutamata, väljastatakse tõend, kus märgitakse ära need õpiväljundid, mis saavutati.

5. Koolitaja andmed

Koolitajate andmed

1. Diane Sarapuu- Kelder- Tallinna Teeninduskooli kokkade kutseõpetaja ja täiskasvanute koolitaja, omab kokk tase 5 kutset, lõpetanud Tallinna Juhkentali kaubanduskooli restoranikoka- ja kondiitri eriala, Tallinna Teeninduskooli magustoidukoka ja Tallinna Ülikooli kutsepedagoogika eriala.
2. Pirje Pärimets - Tallinna Teeninduskooli kokkade kutseõpetaja ja täiskasvanute koolitaja, omab kokk tase 5 kutset, lõpetanud Tallinna Ülikooli kutsepedagoogika eriala.
3. Heikki Eskusson - Tallinna Teeninduskooli hügieeniõpetaja ja täiskasvanute koolitaja, lõpetanud Tallinna Tehnikaülikooli tehnikaõpetaja eriala magistrantuuri.
4. Eero-Olavi Kippa- Tallinna Teeninduskooli kokavaldkonna kutseõpetaja ja täiskasvanute koolitaja, lõpetanud Tallinna Tehnikakooli koka eriala, töötanud mitmete restoranide peakokana.
5. Ljudmilla Koltšenko- Tallinna Teeninduskooli kokkade kutseõpetaja ja täiskasvanute koolitaja, omab kokk tase 4 kutset, lõpetanud Harkovi Instituudi ühiskondliku toitlustamise tehnoloogia eriala;
6. Diana Malkevitš-Tallinna Teeninduskooli hügieeniõpetaja, täiskasvanute koolitaja, lõpetanud Tallinna Tehnikaülikooli magistrantuuri (tehnikaaainete õpetaja);
7. Eda Odar- Tallinna Teeninduskooli kokkade ja pagar- kondiitrite kutseõpetaja, lõpetanud Tallinna Tehnikaülikooli magistrantuuri (tehnikaaainete õpetaja);
8. Irina Horošihh-Tallinna Teeninduskooli kokkade kutseõpetaja ja täiskasvanute koolitaja, omab kokk tase 4 kutset, lõpetanud Tallinna Pedagoogikaülikoolis kutseõpetaja eriala ja Tallinna Kaubandustehnikumi;
9. Ljudmilla Zahharova- Tallinna Teeninduskooli kokkade kutseõpetaja ja täiskasvanute koolitaja, omab kokk tase 4 kutset, lõpetanud Tallinna Pedagoogikaülikooli kutsepedagoogika eriala ja Leningradi ühiskondliku toitlustamise tehnikumi tehnik-tehnoloogi eriala;
10. Maria Stulova- Tallinna Teeninduskooli kokkade kutseõpetaja ja täiskasvanute koolitaja, omab kokk tase 4 kutset, lõpetanud Tallinna Teeninduskoolis nii koka kui ka pagar- kondiitri eriala ning Tallinna Tehnikaülikoolis bio- ja toiduainetehnoloogia magistrantuuri.
11. Ljudmila Butnik- Tallinna Teeninduskooli kokkade kutseõpetaja ja täiskasvanute koolitaja, omab kokk tase 4 kutset, lõpetanud Tallinna Teeninduskoolis nii koka kui ka pagar- kondiitri kui ka vegankoka eriala.
12. Natalja Bondareva-Tallinna Teeninduskooli kokkade kutseõpetaja ja täiskasvanute koolitaja, omab kokk tase 4 kutset

Õppekava koostaja:

Moonika Aedmaa

Koolitus- ja nõustamiskeskuse juht

moonika.aedmaa@teeninduskool.ee