

# Diätkoch (IHK)

## Zeit- und Selbstmanagement

Bedeutung des Zeit- und Selbstmanagements, Umgang mit Zeitfressern, erfolgreiche Methoden des Zeit- und Selbstmanagements

## Ernährungswissenschaftliche und medizinische Grundlagen

### Ernährungswissenschaftliche Grundlagen

Aufbau, Funktion und Verdauung von Kohlenhydraten, Fetten und Proteinen, Mineralstoffe und Vitamine, Regulation des Wasserhaushaltes

### Medizinische Grundlagen

Aufbau und Funktion von Verdauungsorganen, Skelett, Muskulatur, Herz-Kreislauf-System und Harnsystem, Ablauf der Stoffwechselprozesse

### Diätetik: Grundlagen und Einführung

Vollkost, leichte Vollkost, Diabetikerernährung, energiedefinierte Ernährungsformen, proteindefinierte Kostformen, ovo-lacto-vegetabile Kost

### Krankheitsbilder im Überblick

Erkrankungen von Magen/Darm, Pankreas, Leber und Niere, Erkrankungen des Knochenstoffwechsels, Stoffwechsel- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen

### Spezielle Aspekte der Lebensmittelkunde

Lebensmittel pflanzlicher und tierischer Herkunft, Würzstoffe, Getränke, diätetische Lebensmittel, Zusammenhänge von Ernährung und Gesundheit

## Nährstoffberechnung und Speiseplangestaltung

### Erstellung von Menü- und Speiseplänen, Nährstoffberechnungen

Nährstoffgehalt von Kostplänen, Nährstoffberechnungen, qualitative und quantitative Beurteilung der Zusammensetzung

## Kommunikation und Personalführung in der Diätküche

### Grundlagen der Kommunikation

Grundlagen, Kommunikationswege und -regeln, Kommunikationstechniken für den beruflichen Alltag

### Personalführung in der Diätküche

Grundlagen der Mitarbeiterführung, Personalbeschaffung und -einsatzplanung, Schulungen in der Diätküche, Führungsstile, Umgang mit Mitarbeitern aus verschiedenen Kulturkreisen

## Qualitäts- und Hygienemanagement in der Diätküche

### Qualitätsmanagement

Grundlagen des QM, QM-Systeme, Struktur, Aufbau, Implementierung eines QM-Systems, gelebte Qualität, Rahmenbedingungen

### Hygienemanagement

Planung, Organisation, Durchführung und Kontrolle von HACCP-Systemen, Deutsches und Europäisches Lebensmittelrecht, Kenntlichmachung von Zusatzstoffen, Schädlingsbekämpfung

## Ernährungsberatung in Theorie und Praxis

### Ernährungsberatung – Ernährungspsychologie

Determinanten des Essverhaltens, Ernährung – Interventionsmaßnahmen, Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung, Medieneinsatz in der Ernährungsberatung, Literaturrecherche

## Marketing und Veranstaltungsorganisation

### Marketing

Marketingstrategien, Entwicklung von Marketingkonzepten und -plänen, Marketingtrends, Planen, Organisieren und Durchführen von Veranstaltungen

## Der zeitliche Lehrgangsablauf

Monat	Studienbrief (SB)	Onlinetest (OT)	Webinar (WEB)	Fallstudie (FS)	Präsenzphase (PP)
1	<b>SB 1:</b> Ernährungswissenschaftliche Grundlagen I	<b>OT 1:</b> Ernährungswissenschaftliche Grundlagen	<b>WEB 1:</b> Zeit- Und Selbstmanagement		<b>BLOCK 1</b>
2	<b>SB 2:</b> Medizinische Grundlagen	<b>OT 2:</b> Medizinische Grundlagen			Ernährungswissenschaftliche Grundlagen II (1 Tag)
3	<b>SB 3:</b> Diätetik I: Grundlagen und Einführung	<b>OT 3:</b> Diätetik	<b>WEB 2:</b> Diätetik II: Ausgewählte Ernährungstherapien		Diätetik III: Praxis und Anwendung (1 Tag)
4	<b>SB 4:</b> Krankheitsbilder im Überblick				Umgang mit speziellen Krankheitsbildern in der Diätküche (1 Tag)
5	<b>SB 5:</b> Spezielle Aspekte der Lebensmittelkunde	<b>OT 4:</b> Krankheitsbilder		<b>FS 1:</b> Ernährungswissenschaftliche Grundlagen und Diätetik	
6	<b>SB 6:</b> Erstellung von Menü- und Speiseplänen, Nährstoffberechnungen		<b>WEB 3:</b> EDV-gestützte Speiseplanung  <b>WEB 4:</b> Menü- und Speiseplanung	<b>FS 2:</b> Speiseplanerstellung und Nährstoffberechnung	<b>BLOCK 2</b> Nährstoffberechnungen & Speiseplanung (1 Tag)  Kommunikation – Praxis in der Diätküche (1 Tag)
7	<b>SB 7:</b> Grundlagen der Kommunikation				
8	<b>SB 8:</b> Personalführung in der Diätküche	<b>OT 5:</b> Personalführung			<b>BLOCK 3</b> Koch- und Küchentechnik in der Diätküche (3 Tage)
9	<b>SB 9:</b> Qualitätsmanagement			<b>FS 3:</b> Management und Personalführung in der Diätküche	Ernährungsberatung in der Praxis (2 Tage)
10	<b>SB 10:</b> Hygienemanagement	<b>OT 6:</b> Lebensmittelrecht	<b>WEB 5:</b> HACCP		
11					
12	<b>SB 11:</b> Ernährungsberatung – Ernährungspsychologie			<b>FS 4:</b> Ernährungsberatung und Marketing	Die Präsenztage sind nach Wunsch auch einzeln buchbar!
13			<b>WEB 6:</b> Prüfungstraining für Diätköche		
14	<b>SB 12:</b> Marketing	<b>OT 7:</b> Marketing			

Prüfungsvorbereitung auf die IHK-Prüfung