

Themenverteilung Profil Gesundheit und Soziales Bereich Hauswirtschaft

Klasse 9

1. Lebensmittelzubereitung

- 1.1 Arbeitsbereiche und Arbeitsplatzgestaltung
- 1.2 Hygiene
- 1.3 Reinigungsarbeiten
- 1.4 Sicherheit im Haushalt
- 1.5 Kleine und große Arbeitsgeräte
- 1.6 Messen und Wiegen
- 1.7 Grundtechniken der Lebensmittelzubereitung
- 1.8 Garverfahren
- 1.9 Tisch Sitten
- 1.10 Tisch decken

2. Ernährung und Gesundheit

- 2.1 Nahrungsaufnahme
- 2.2 Nährstoffe
- 2.3 Energiebedarf des Menschen
- 2.4 Die 7 Lebensmittelgruppen
- 2.5 Vollwertige Ernährung
- 2.5 Ernährungsempfehlungen

Klasse 10

3. Lebensmittelqualität und Konsumverhalten

- 3.1 Lagerung von Lebensmitteln
- 3.2 Kühlkette
- 3.3 Konservierungsmethoden
- 3.4 Lebensmittelinfektionen und Schimmelpilze
- 3.5 Verarbeitung von Lebensmitteln
- 3.6 Kennzeichnung von Lebensmitteln
- 3.7 Qualitätssiegel und Verbraucherschutz

4. Lebensstile und Essgewohnheiten

- 4.1 Ernährungsgewohnheiten
- 4.2 Functional Food
- 4.3 Ernährungsformen
- 4.4 Diäten
- 4.5 Verschiedenen Lebensstile

5. Ökonomie, Ökologie, Soziales

- 5.1 Haushaltstypen
- 5.2 Wohnen
- 5.3 Zeitmanagement
- 5.4 Haushaltsplanung und Haushaltsbuchführung
- 5.5 Finanzierungsmöglichkeiten