

Inhaltsverzeichnis

1 Die Berufsausbildung mitgestalten	8	Trinkmilchaufbereitung	40
1.1 Auszubildende arbeiten in unterschiedlichen Betrieben	8	Trinkmilchaufbereitung und Kennzeichnung	41
Der Ausbildungsvertrag	10	Lebensmittelkennzeichnung	42
Mind-Map – Ihre Arbeitsbereiche in der Hauswirtschaft	12	Weitere Warenkennzeichnung	43
Methode des selbstständigen beruflichen Handelns	13	Kaufvertrag	44
1.2 Hygiene und Sicherheit	14	Werbung – eine Informationsmöglichkeit?	46
Hygiene bei der Arbeit	14	2.2 Haushaltsbuchführung	47
So werden die Hände gründlich sauber	16	3 Waren lagern	49
Sicherheit/Unfallgefahren	17	3.1 Arbeiten im Warenlager	49
Sicherheitszeichen und Gefahrenzeichen	20	Arbeiten bei der Warenannahme	50
Erste-Hilfe-Maßnahmen	21	Lagerung der Waren	51
1.3 Arbeitsgestaltung	22	Lagern im Kühlschrank	53
Die richtige Arbeitshaltung	22	Lagern im Kühlager	53
Arbeitsbewegungen	24	Was ist eine Kühlkette?	54
Arbeitsplatzgestaltung	25	Warenausgabe	55
Erstellung von Arbeitsplänen	26	Kontrolle der Warenbestände – Inventur	56
1.4 Umweltschutz	28	3.2 Schädlinge	57
Umweltbewusster Umgang mit dem Trinkwasser	28	Maßnahmen gegen Schädlinge	57
Umweltbewusster Umgang mit Energie – Strom	29	3.3 Lebensmittelverderb	58
Abfälle – ein Problem für die Umwelt	30	Salmonellose	58
1.5 Miteinander arbeiten	32	Eitererreger	60
Umgangsformen am Arbeitsplatz	32	Listeriose	61
Telefonieren	34	4 Speisen und Getränke herstellen und servieren	62
2 Güter und Dienstleistungen beschaffen ..	35	4.1 Vorbereitungstechniken	64
2.1 Waren beschaffen	35	Entfernen von unerwünschten Bestandteilen der Lebensmittel	64
Käuferfallen	35	Zerkleinerungstechniken	65
Bewusstes Einkaufen	38	Zerkleinern und Vorbereiten von Lebensmitteln	66
Hühnereier – Welche Kennzeichnung ist vorgeschrieben?	39	Mischen und Schlagen von Lebensmitteln	67
		Schneidgeräte	68
		Aufbereitungsarten	69

4.2 Gartechniken	70	Kartoffeln – Verarbeitung	130
Kochen	70	Hauptangebotszeiten bzw.	
Garziehen	70	Haupterntezeiten von Obst	
Dämpfen	71	und Gemüse	131
Dünsten	72	Salate – Verarbeitung	132
Schmoren	73	Gemüse – Verarbeitung	133
Braten in der Pfanne – Kurzbraten ..	73	Einfrieren von Gemüse und Obst...	134
Braten im Backofen –		Zubereitung von Tiefkühlkost	135
Langzeitbraten	74	Kräuter	136
Überbacken – Gratinieren	74	Gewürze	137
Backen	75	Verwendung von Zucker	138
Garen in der Mikrowelle	76	Zucker hat viele Namen	138
Grillen	77	Verarbeitung von Hühnereiern	139
Frittieren – Ausbacken	77	Fisch	140
Druckgaren	78	Einkauf und Verarbeitung	
Allgemeine Regeln für das Garen ..	79	von Fisch	141
		Verarbeitung von Fleisch	142
4.3 Mit Rezepten arbeiten	80	Garen mit Fett	143
Rechnen mit Maßen, Gewichten		4.6 Vorgefertigte Lebensmittel	144
und Mengen	80	Aufwertung von vorgefertigten	
Umrechnung von Rezepten	82	Lebensmitteln	145
Rezepte werden meist anders			
geschrieben	83	5 Personengruppen	
Berechnung des Energie- und		verpflegen	146
Nährstoffgehalts von Speisen und			
Getränken	84	5.1 Energie- und Nährstoffbedarf	146
4.4 Rezepte	86	Energiebedarf	146
Suppen und Soßen	86	Kohlenhydratbedarf	147
Kartoffeln, Getreide	91	Eiweißbedarf	148
Salate	96	Fettbedarf	149
Gemüse	97	Mineralstoffbedarf	150
Hühnerei	99	Vitaminbedarf	151
Fleisch	100	5.2 Mahlzeitengestaltung	152
Fisch	104	Mahlzeiten	152
Süßspeisen	106	Speisenausgabesysteme	154
Gebäck	110	Verpflegungssysteme	155
4.5 Ernährungskreis – Lebensmittel	122	6 Personen zu	
Nährstoffe – Übersicht	123	unterschiedlichen	
Regeln für die Verwendung		Anlässen versorgen	156
von Wasser	124	6.1 Speisen anrichten und garnieren ...	156
Saft, Nektar, Fruchtsaftgetränk –		Garnierungen mit	
was heißt das?	125	Spezialwerkzeugen	158
Mineralwasser, Quellwasser,		6.2 Tischdecken und Servieren	160
Tafelwasser	125	Herrichten von Tischen und Tafeln ..	160
Getreidearten	126	Arbeitsablauf beim Eindecken	161
Bestandteile des Getreidekorns	127		
Mehl, Schrot – was heißt das?	127		
Reis – Regeln für die Verwendung ..	128		
Verwendung von Stärke	129		

Besteck und Geschirr	162	Geschirrspülen mit der Maschine oder per Hand?	194
Tischdekorationen	163	Reinigung des Kühlschranks – Arbeitsschritte	196
Servieren	164	Gefriergeräte und Gefriereinrichtungen	197
Abservieren	165	Fritteuse und Fettbackgerät	198
Aufbau eines Büfetts	166	Aufschnittschneidemaschine	198
Festliches Menü	167	Dunstabzugshauben	199
		Küchenmaschine	199
		Toaster	199
7 Wohn- und Funktionsbereiche reinigen und pflegen	168	7.4 Reinigungsarbeiten in Räumen	200
7.1 Grundlagen der Reinigung und Pflege	168	Reinigung und Pflege von speziellen Fußbodenbelägen	200
Sichtreinigung	168	Reinigung textiler Bodenbeläge	202
Unterhaltsreinigung	169	Fensterreinigung	204
Grundreinigung	169	Fensterreinigung – Arbeitsschritte	205
Händedesinfektion	169	Reinigen von Wohnräumen	206
Geräte und Maschinen für die Bodenreinigung	170	Reinigen des Sanitärbereichs	210
Feuchtwischverfahren	172	Reinigung von lackierten Türen – Arbeitsschritte	212
Nasswischverfahren	173	Reinigung von Treppen – Arbeitsschritte	212
Reinigungsmittel und Pflegemittel	174	Grundreinigung eines Schrankes – Arbeitsschritte	213
Allgemeine Eigenschaften von Reinigungs- und Pflegemitteln	176	Grundreinigung von Stuhl und Tisch – Arbeitsschritte	214
7.2 Reinigung und Pflege ausgewählter Materialien	178	Reinigung von Polstermöbeln	215
Glas	178	8 Textilien reinigen und pflegen	216
Keramische Erzeugnisse	179	8.1 Textile Fasern und Flächen	216
Holz	180	Textile Fasern	217
Kunststoffe	181	Welche textilen Flächen gibt es?	218
Metalle	182	Wäschearten	219
Emaile	185	Textilkennzeichnungsgesetz	220
Lederpflege	186	Gütezeichen stellen die Material- zusammensetzung von Textilien sicher	221
7.3 Reinigung und Pflege von Geräten	188	Warenzeichen	221
Elektroherd – Kochstellen und Kochfelder	188	Eigenschaften textiler Rohstoffe – Überblick	222
Gasherd	189	8.2 Textilpflege	223
Mikrowellengerät	189	Internationale Pflegekennzeichnung	224
Grillgeräte	189	Welche Bereiche werden für die Pflege der Wäsche benötigt?	226
Convectomaten	189	Sammeln und Sortieren der Wäsche	226
Reinigung eines Backofens/ Convectomats – Arbeitsschritte	190		
Geschirrspülmaschinen	191		
Gewerbegeschirrspülmaschinen	191		
Geschirrspülen per Hand	192		
Beschicken und Leeren der Geschirrspülmaschine – Arbeitsschritte	193		

Sortieren der Schmutzwäsche	
nach den Waschprogrammen.	228
Vorbereiten der Wäsche	229
Wie viel Schmutzwäsche passt in	
die Waschmaschine?	230
Regeln für die Fleckenbehandlung. .	231
Waschfaktoren	232
Umweltbelastung	
durch Waschmittel.	234
Waschen mit der Maschine.	235
Handwäsche.	236
Trocknen der Wäsche an der Luft. . .	237
Trocknen im Wäschetrockner	238
Wäschetrockner/Tumbler	239
Vorbereiten der Textilien für	
das Bügeln	240
Arbeitsplatz für das Bügeln.	241
Bügeleisen	242
Allgemeine Regeln für das Bügeln. .	242
Allgemeine Regeln für das Arbeiten	
an der Bügelmaschine.	245
Allgemeine Regeln für das Falten	
und Legen von Textilien	248
Kreislauf der Textilpflege – Beispiel .	251

8.3 Näharbeiten	252
Handnähen – Grundtechniken	252
Bedienungsteile der Nähmaschine .	254
Einfädeln.	255
Überprüfen der Fadenspannung . . .	256
Reinigung und Pflege	
der Nähmaschine.	257
Nähen mit der Nähmaschine	258
Unterschiedliche Nähte.	259
Kantenverarbeitung.	261
Eckenbildung bei Säumen	262
Verschlussarten	263
Annähen eines Aufhängers.	266
Stopfen mit der Maschine –	
Arbeitsschritte	266
Aufnähen eines Flickens	267
Patchmaschine.	268

9 Wohnumfeld mitgestalten

Blumenpflege – Topfpflanzen	269
Hydrokultur – Wasserkultur.	272
Vortreiben von Blumenzwiebeln	
im Winter	273

Pflege von Schnittblumen.	274
Trocknen von Pflanzen.	274
Gestalten eines Blumengestecks . . .	275
Erstellen eines Adventsgestecks . . .	276
Dekorationen im Jahreskreis	277

10 Personen individuell wahrnehmen.

Umgangsformen –	
Nähe und Distanz.	280
Kontaktaufnahme zu Personen.	281
Hilfen für eine gute Kommunikation .	282
Wir gestalten ein Rollenspiel –	
Kommunikationsfähigkeit.	283
Was mir bei Gesprächen	
besonders schwerfällt	284
Feedback-Methoden	285
Teamarbeit	286
Ursachen für Konflikte.	287
Lösung von Konflikten.	288
Rollenspiele – Konflikte im Betrieb. .	289

11 Personen individuell betreuen

Hauswirtschaftliche	
Betreuungsleistungen	290
Hilfe bei Alltagsverrichtungen	291
Empathie – erfolgreiche Betreuung .	292
Das Kleinkind	293
Das Kindergartenkind	294
Das Schulkind.	295
Das Jugendalter.	295
Wenn ich einmal alt bin –	
körperliche Veränderungen.	296
Wir erstellen eine Mind-Map	297
Faktoren, die die Lebenssituationen	
von Menschen beeinflussen	298
Lebenssituationen – Lebenskurve . .	299
Behindertsein erfahren	300

12 Begriffstrainer

Nährwerttabelle	319
Rezeptverzeichnis sortiert nach	
Speisen und Gebäck.	325
Alphabetisches Rezeptverzeichnis	326
Sachwortverzeichnis	327