

KUCHARZ** KUCHARKA**

Sprawność podstawowa



Imię i nazwisko

Data rozpoczęcia

Data ukończenia

Idea
poziomu

Przygotował/a złożony posiłek według przepisu.
Bezpiecznie posługiwał/a się urządzeniami kuchennymi.

Zadania	Potwierdzenie
1. Ugotowałem/am zupę i drugie danie (niekoniecznie jednego dnia) dla mojej rodziny z pomocą przepisu (z Internetu, książki kucharskiej).	
2. Nakryłem/am do stołu do przygotowanego przez siebie obiadu. Przyrządziłem/am zdrowe (np. niskokaloryczne, warzywne lub owocowe) danie lub deser, do którego przygotowania wykorzystałem/am mikser, blender lub inne urządzenie kuchenne.	
3. Nauczyłem/am się przygotowywać ulubioną potrawę z rodzinnego przepisu.	tropicielka wywiadowca
4. Przyrządziłem/am 3 różne potrawy: a) omlęt z dodatkami, b) pastę na kanapki, c) deser bez pieczenia.	



Sprawność podstawowa

KUCHARZ** KUCHARKA**

Imię i nazwisko

Data ukończenia

Data rozpoczęcia

Przygotował/a złożony posiłek według przepisu.
Bezpiecznie posługiwał/a się urządzeniami kuchennymi.

Idea
poziomu

Zadania	Potwierdzenie
1. Ugotowałem/am zupę i drugie danie (niekoniecznie jednego dnia) dla mojej rodziny z pomocą przepisu (z Internetu, książki kucharskiej).	
2. Nakryłem/am do stołu do przygotowanego przez siebie obiadu. Przyrządziłem/am zdrowe (np. niskokaloryczne, warzywne lub owocowe) danie lub deser, do którego przygotowania wykorzystałem/am mikser, blender lub inne urządzenie kuchenne.	
3. Nauczyłem/am się przygotowywać ulubioną potrawę z rodzinnego przepisu.	tropicielka wywiadowca
4. Przyrządziłem/am 3 różne potrawy: a) omlęt z dodatkami, b) pastę na kanapki, c) deser bez pieczenia.	