



VBFM1VA12

Fjölbrotaskóli Suðurlands
Verklegfærniþjálfun matvæla - og ferðagreina
h 2026

Kennari:	Guðríður Egilsdóttir GE	gudriduregils@fsu.is
----------	--------------------------------	---

Áfangalýsing:

Áfanginn er tvískiptur þar sem áhersla verður lögð annarsvegar á að nemendur kynnist störfum matreiðslu- og framreiðslumanns hins vegar, forsendum starfa og við hvaða aðstæður störfin fara fram. Kynnt er fyrir nemendum öll helstu áhöld og tæki sem notuð eru í eldhúsi og við framreiðslu á mat. Nemendur kynnst helstu þáttum hráefnisfræða, innkaup, meðferð og frágangs matvæla. Lögð er áhersla á að nemendur vinni hráefni frá grunni með sígildum aðferðum. Farið er í mismunandi uppstillingar í veitinga og fundasölum. Kynnt er vinna í vínstúku og framreiðsla drykkja. Nemendur kynnst hversu viðamikil störfin eru og hve mikilvæg samskipti við gesti eru. Nemendur fá kynningu og verklega þjálfun í helstu þáttum starfa. Lögð er áhersla á persónulegt hreinlæti skv. HACCP skilgreiningum.

Forkröfur: VBFM1VB12

Þekkingarviðmið

Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á:

- starfi framreiðslu- og matreiðslumanna og því umhverfi sem störfin fara fram
- persónulegu hreinlæti og gildi þess í matvælagreinum
- hvað felst í störfum framreiðslu- og matreiðslumanna og möguleika sem þau bjóða uppá til frekara starfs í þeim greinum
- þeim áhöldum og tækjum sem notuð eru í greinunum og notkunarmöguleika þeirra
- góðum siðum er varðar umgengni við gesti og samstarfsfólki á veitingastöðum og hótélum
- grunnþáttum í framreiðslu mismunandi rétta á veitingastað
- grunnþáttum í eldun einfaldra rétta eftir fyrir fram ákveðnu skipulagi
- notkun uppskriftabóka og uppskrifta í matreiðslu

Hæfniviðmið

Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:

- afla sér frekaranáms í greinunum
- geta unnið einföld grunnstörf í framreiðslu og matreiðslu
- hafa skilning á því til hvers er ætlast af þeim sem vinna við störf framreiðslu- og matreiðslumanna
- vinna með helstu áhöld og tæki sem notuð eru við störf í framreiðslu og matreiðslu
- gæta að eigin hreinlæti og þess hreinlætis sem kröfur gera á um (HACCP) í matvælagreinum

Leikniviðmið

Nemandi skal hafa öðlast leikni í að:

- leggja lín á borð og brjóta munnþurrkur

- annast grunnborðlagningu
- elda einfalda hádegisverðarrétti
- vinna einföld verkefni í framreiðslu og matreiðslu
- umgangast tæki sem notuð eru í veitingasal og eldhúsum veitingastaða og kunna rétta notkun þeirra
- notkun á mismunandi hnífum við störf í matreiðslu
- skera grænmeti fyrir mismunandi rétti
- grunnverkun á fiski, beinhreinsun og roðflettingu
- gera grunnsúpur
- framleiða mismunandi tegundir af hádegisverðarréttum
- raða mat á matarfat og disk út frá réttum faglegum hefðum
- grunnaðferðum við að binda upp kjöt fyrir steikingu
- umgangast gesti og samstarfsfólk við störf í matvælagreinum

Áætlun um yfirferð og verkefnaskil :

Vika	Námsefni: kennslubók, ljósrit, vefur Verklegur hluti og bóklegur hluti ofin saman í kennslu ásamt sýnikennslu	Verkefni
34 19/8-23/8	Kennsla hefst 19 ágúst. Kynning á námsáætlun og verkefnum vetrarins Pítubrauð með kjúkling , pítusósu og fersku salati Rabbabarápæ með marens	Pítubrauð Pítusósa kjúkling Grænmeti Pæ Rabbabari skorinn Rifsber
35 24/8-30/8	Continental morgunverður lagaður frá grunni. Bókleg fræðsla um morgunverði á gististöðum og á veitingastöðum Morgunverður lagaður frá grunni Framreiðsluðferðir fyrir morgunverð borðlagning og Dúkar servíettur brot og meðferð	Kotasælubrauð Gróft brauð, músli 2 teg. Ommeletta, Poached egg, soðin egg Ávaxtasafar og búst. Grænmeti hreinsað og skorið, Framreiðsla á morgunverð Uppröðum á morgunverðarhlaðborði Dúkar servíettur æfing borðlagning fyrir 2 rétta matseðil.
36 31/8-6/9	Fiskur heill slægður með haus Fiskur á disk ruv.is Humarsoð Heimsókn í fiskbúð Ostabrauðstangi Hráefnisfræði / fagorðalisti	Flökunn á fisk / flatfisk og roðdraga Form og skurður æfður Humar úr skel Steiktur fiskur / lauksmjör Kartöfluréttir Humarsúpa / ostabrauðstangir Ísgerð Desert sósur
37 7/9-13/9	Afmæli FSu. 13 sept. Pasta frá grunni Pastaréttir	Lasagne með grænmeti Ravioli með ostafyllingu Tagliatelle spagetti,tortellini

	Grænmetisrétti Bakka notkun æfð. Glasa kynning	Heimsókn í á veitingastað Koktelagerð
38 14/9-20/9	Haustmatur og íslenskmatarhefð Heimsókn frá Nordplús verkefni í FSu. Seit Rúgbrauð Súrsunn á grænmeti	Pönnukökur og vöflur ásamt kleinum og rúgbrauðsgerð Verkefni v/ Nordplús Súrkál Pikklað grænmeti Niðursuða
39 21/9-27/9	Kynning á störfum matreiðslu-og framreiðslumanns. Heimsókn fagaðila	Kjötsúpa Grjónagrautur
40 28/9-4/10	Smárétta veisla Uppstilling á borðum vegna brúðkaups, afmælisveislu, ráðstefnu, námskeiða. Kynning á hnífapörum.	Spjót, míni taco, smáborgarar, fiskitartar, sætir bitar, buns. Tapas Borðlagning æfð.
41 5/10-11/10	Námsmat og skrapdagur 6 okt. Áfangamessa mið.7.okt. Heimsókn til frumframleiðenda. Fjós og gróðurhús. hótel, veitingastaði.	Skildu mæting í vettvangsferð Verkefni vegna vettvangsferðar
42 12/10-18/10	Valdagur 14 okt. Dönsk vika	Smörrebröd Purusteik Heimalagað rauðkál Brúnaðar kartöflur Soðsósa Sér bökuð vínabrauð Smjördeig
43 19/10-25/10	Vettvangsferð í MK Hótel kynning Kaffibarþjón kynning Framreiðslu aðferðir kynntar og æfðar Haustfrí 22-23 okt.	Vettvangsferð Flambering æfð Ensk framreiðsla Frönsk framreiðsla Rússnesk framreiðsla Amerísk diskaframreiðsla
44 26/10-1/11	Fjáröflun	Hópaverkefni
45 2/11-8/11	Námsferð	
46 9/11-15/11	Þjóðaréttir Franskir, spænskir og austurrískir. Borðlagning fyrir 3 rétta matseðil Vettvangsferð í uppsveitir	Svinakæfa / kindakæfa Paella Nautapottréttur Kartöflumús Bökur, Napóleonkökur

47 16/10-22/11	Hátíðarmatur Smákökubakstur	Hangikjöt Grjónagrautur Rísalamande með krækiberja safti Sherrítriffle
48 23/11-29/11	Verklegt próf í borðlagningu Verklegt próf í matreiðslu	Einstaklingsverkefni
49 30/11-6/12	Bóklegt próf í matreiðslu og framreiðslu	Próf
50 7/12-13/12	Sjúkrapróf Frágangur og þrif á eldhúsi Síðasti kennsludagur 10 des.	Hópaverkefni
51 14/12-18/12	Prófsýning 16 des. Brautskráning 19 des.	

Sérreglur áfangans:

í áfanganum getur fallið til viðbótarkostnaður vegna vetvangs- og vinnuferða.

Nemendur þurfa að fylgjast með dagskrá komandi viku inn á Innu og bera ábyrgð á því að mæta undirbúnir í tíma. **Sími er ekki leyfður í tíma nema með leyfi kennara.**

Reglur um svindl og notkun gervigreindar

<https://www.fsu.is/is/namid/namskrofur-og-reglur/reglur-um-svindl-i-verkefnum-og-profum>

Ef að grunur um ritstuld og/eða óleyfilega notkun á gervigreind vaknar gætu nemendur þurft að gera munnlega grein fyrir verkefni/prófi.

Sömu reglur gilda um notkun gervigreindar við skrif og gilda um heimildaskráningu almennt. Reglur um heimildaskráningu má finna á heimasíðu skólans.

<https://www.fsu.is/is/namid/namskrofur-og-reglur/heimildaskraning-leidbeiningar>

Námsmat:

Námsmat	Lýsing	Vægi
Símatsáfangi	Eftir hvern tíma er gefið símat af kennara/ tilsjónamanni þar sem virkni, hreinlæti, samvinna skipulag, nýtni og almenn umgengni er metin Mætingaskylda samkvæmt skólaeignum FSu.	50%
Verkefni	Öll verkefni sem unninn eru á önninni fjáröflunar hópaverkefni	20%
Verklegt próf	Þar sem allir þættir námsins koma saman í 2 verklegu prófum.	30%
Samtals		100%

Kennsluáætlun er sett fram með fyrirvara um breytingar.

Guðríður Egilsdóttir kennari