

# Inhaltsverzeichnis

<b>1 Die Berufsausbildung mitgestalten</b> .....	8	Trinkmilchaufbereitung .....	40
<b>1.1 Auszubildende arbeiten in unterschiedlichen Betrieben</b> .....	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
<b>1.2 Hygiene und Sicherheit</b> .....	14	Werbung – eine Informationsmöglichkeit? .....	46
Hygiene bei der Arbeit .....	14	<b>2.2 Haushaltsbuchführung</b> .....	47
So werden die Hände gründlich sauber .....	16	<b>3 Waren lagern</b> .....	49
Sicherheit/Unfallgefahren .....	17	<b>3.1 Arbeiten im Warenlager</b> .....	49
Sicherheitszeichen und Gefahrenzeichen .....	20	Arbeiten bei der Warenannahme .....	50
Erste-Hilfe-Maßnahmen .....	21	Lagerung der Waren .....	51
<b>1.3 Arbeitsgestaltung</b> .....	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
<b>1.4 Umweltschutz</b> .....	28	<b>3.2 Schädlinge</b> .....	57
Umweltbewusster Umgang mit dem Trinkwasser .....	28	Maßnahmen gegen Schädlinge .....	57
Umweltbewusster Umgang mit Energie – Strom .....	29	<b>3.3 Lebensmittelverderb</b> .....	58
Abfälle – ein Problem für die Umwelt .....	30	Salmonellose .....	58
<b>1.5 Miteinander arbeiten</b> .....	32	Eitererreger .....	60
Umgangsformen am Arbeitsplatz .....	32	Listeriose .....	61
Telefonieren .....	34	<b>4 Speisen und Getränke herstellen und servieren</b> .....	62
<b>2 Güter und Dienstleistungen beschaffen</b> ..	35	<b>4.1 Vorbereitungstechniken</b> .....	64
<b>2.1 Waren beschaffen</b> .....	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

<b>4.2 Gartechniken</b> .....	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
<b>4.3 Mit Rezepten arbeiten</b> .....	80	Garen mit Fett .....	143
Rechnen mit Maßen, Gewichten		<b>4.6 Vorgefertigte Lebensmittel</b> .....	144
und Mengen .....	80	Aufwertung von vorgefertigten	
Umrechnung von Rezepten .....	82	Lebensmitteln .....	145
Rezepte werden meist anders			
geschrieben .....	83	<b>5 Personengruppen</b>	
Berechnung des Energie- und		<b>verpflegen</b> .....	146
Nährstoffgehalts von Speisen und			
Getränken .....	84	<b>5.1 Energie- und Nährstoffbedarf</b> .....	146
<b>4.4 Rezepte</b> .....	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	<b>5.2 Mahlzeitengestaltung</b> .....	152
Fisch .....	104	Mahlzeiten .....	152
Süßspeisen .....	106	Speisenausgabesysteme .....	154
Gebäck .....	110	Verpflegungssysteme .....	155
<b>4.5 Ernährungskreis – Lebensmittel</b> .....	122	<b>6 Personen zu</b>	
Nährstoffe – Übersicht .....	123	<b>unterschiedlichen</b>	
Regeln für die Verwendung		<b>Anlässen versorgen</b> .....	156
von Wasser .....	124	<b>6.1 Speisen anrichten und garnieren</b> ...	156
Saft, Nektar, Fruchtsaftgetränk –		Garnierungen mit	
was heißt das? .....	125	Spezialwerkzeugen .....	158
Mineralwasser, Quellwasser,		<b>6.2 Tischdecken und Servieren</b> .....	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
<b>7 Wohn- und Funktionsbereiche reinigen und pflegen . . . . .</b>	<b>168</b>	<b>7.4 Reinigungsarbeiten in Räumen . . . . .</b>	<b>200</b>
<b>7.1 Grundlagen der Reinigung und Pflege . . . . .</b>	<b>168</b>	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 Schanks – Arbeitsschritte . . . . .	213
Allgemeine Eigenschaften von Reinigungs- und Pflegemitteln . . . . .	176	Grundreinigung von Stuhl und Tisch – Arbeitsschritte . . . . .	214
		Reinigung von Polstermöbeln . . . . .	215
<b>7.2 Reinigung und Pflege ausgewählter Materialien . . . . .</b>	<b>178</b>	<b>8 Textilien reinigen und pflegen . . . . .</b>	<b>216</b>
Glas . . . . .	178	<b>8.1 Textile Fasern und Flächen . . . . .</b>	<b>216</b>
Keramische Erzeugnisse . . . . .	179	Textile Fasern . . . . .	217
Holz . . . . .	180	Welche textilen Flächen gibt es? . . . . .	218
Kunststoffe . . . . .	181	Wäschearten . . . . .	219
Metalle . . . . .	182	Textilkennzeichnungsgesetz . . . . .	220
Emaile . . . . .	185	Gütezeichen stellen die Material- zusammensetzung von Textilien sicher . . . . .	221
Lederpflege . . . . .	186	Warenzeichen . . . . .	221
		Eigenschaften textiler Rohstoffe – Überblick . . . . .	222
<b>7.3 Reinigung und Pflege von Geräten . . . . .</b>	<b>188</b>	<b>8.2 Textilpflege . . . . .</b>	<b>223</b>
Elektroherd – Kochstellen und Kochfelder . . . . .	188	Internationale Pflegekennzeichnung . . . . .	224
Gasherd . . . . .	189	Welche Bereiche werden für die Pflege der Wäsche benötigt? . . . . .	226
Mikrowellengerät . . . . .	189	Sammeln und Sortieren der Wäsche . . . . .	226
Grillgeräte . . . . .	189		
Convectomaten . . . . .	189		
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

<b>8.3 Näharbeiten . . . . .</b>	<b>252</b>
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 . . . . .**

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

Pflegerie 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