



**ONLY BY
OVERCOMING
CHALLENGES
DO WE
TRULY LIVE.
— IVAN
FRANKO**

PRAK TYKA

Praktyka

FISH PREPARATION



Filetowanie



Podpisywanie opakowań



Pakowanie próżniowe



Układanie surowca
zapobiegając sklejeniu się

MEAT PREPARATION



krojenie – porcjowanie po 100 g do woreczków – pakowanie próżniowe



bufet w restauracji



rodzaje granoli w bufecie



superfoods (maca, chlorella)



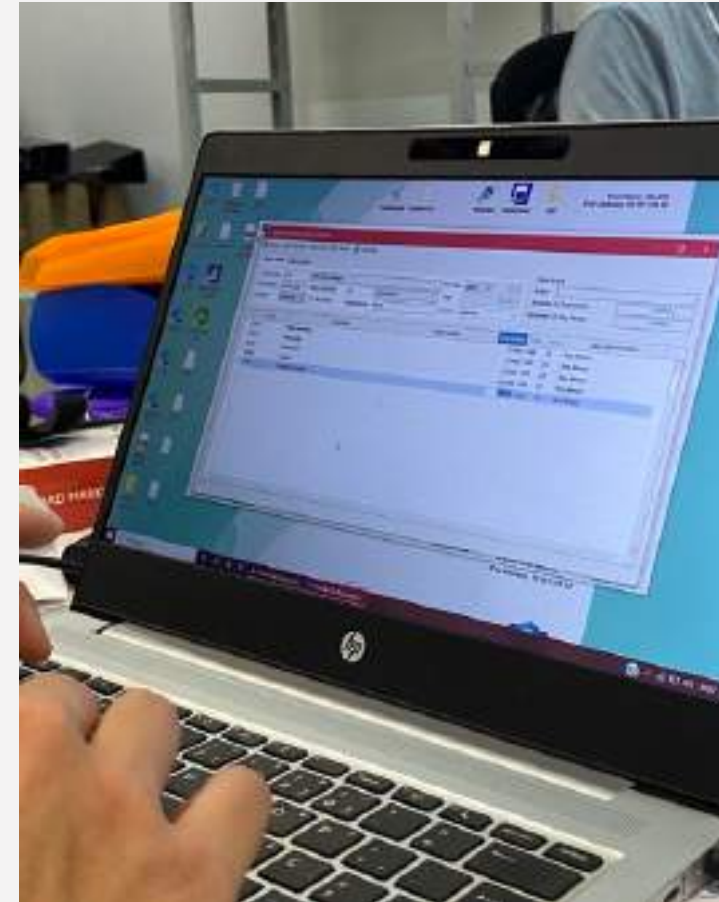
sałatki warzywne



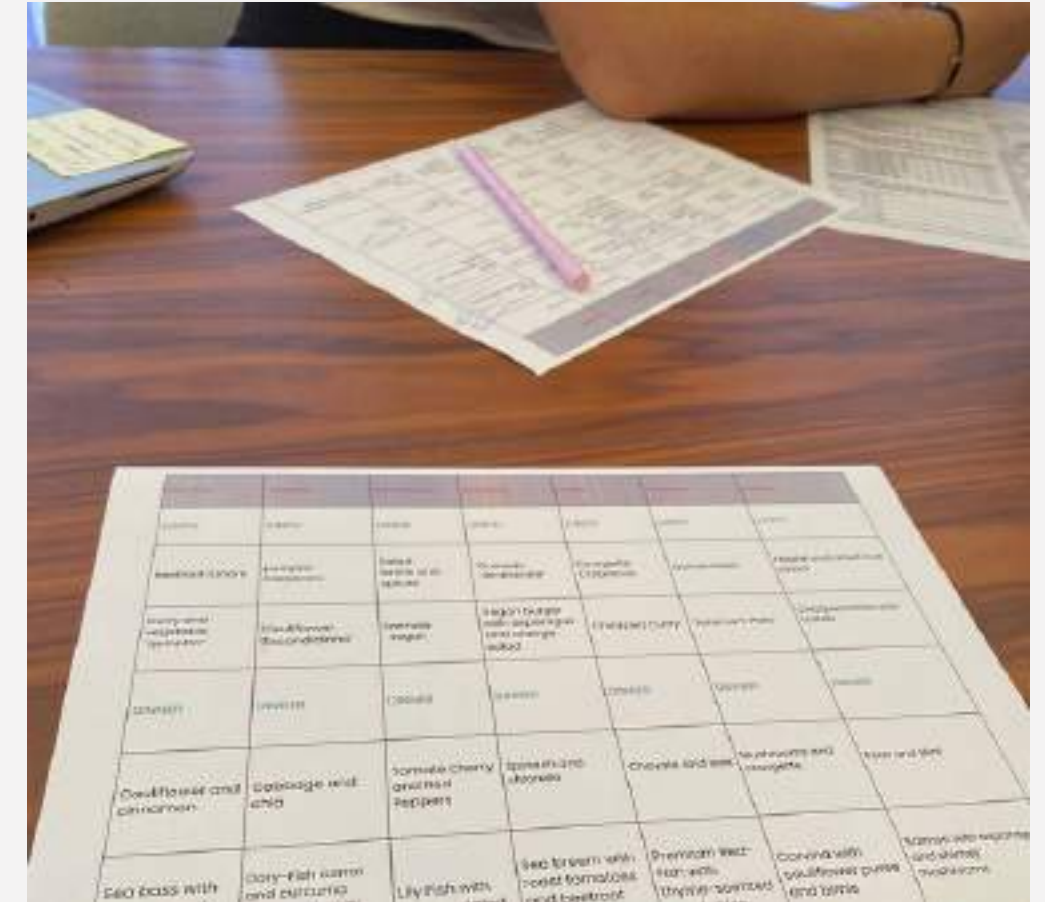
pudding z chia



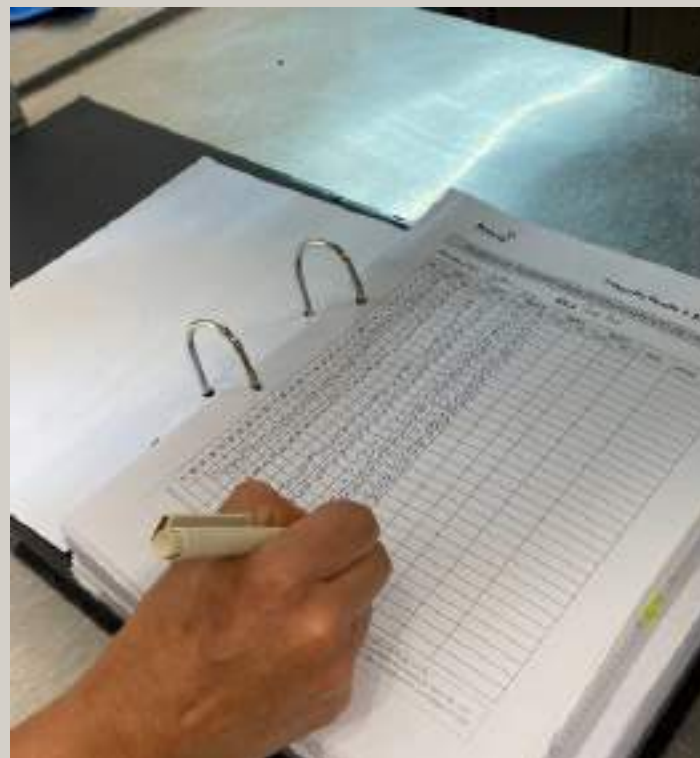
domowa granola



Tworzenie zamówienia
w Primavera



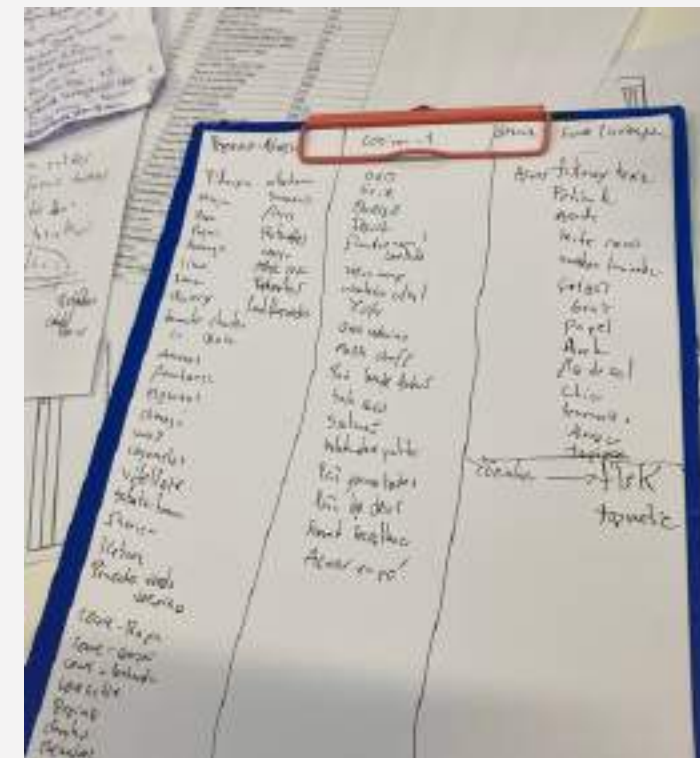
Zmiana menu z dietetyczką i
szefem kuchni



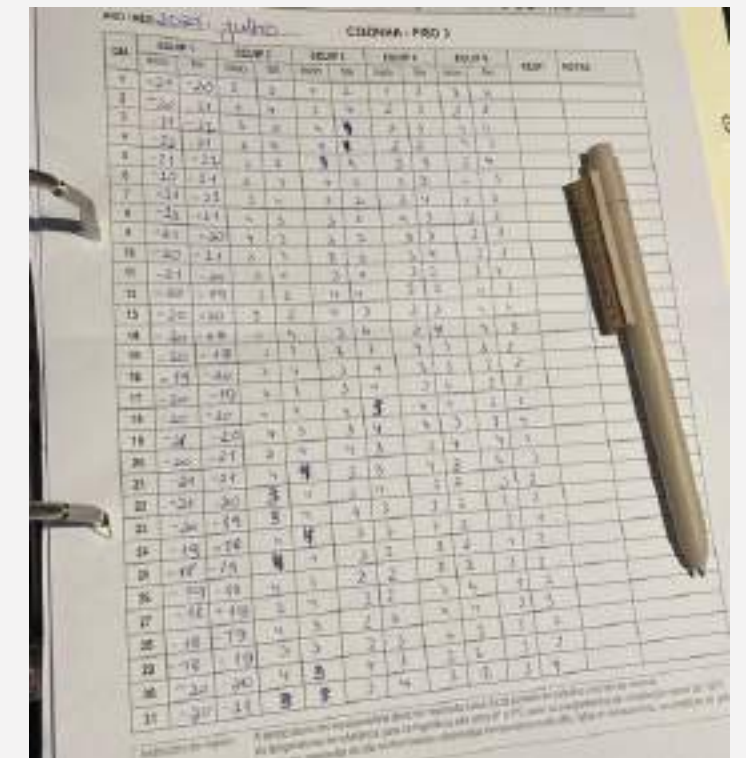
Kontrola temperatury w
lodówkach



System odcisków
palców SISQUAL



Kontrola dostępności
produktów

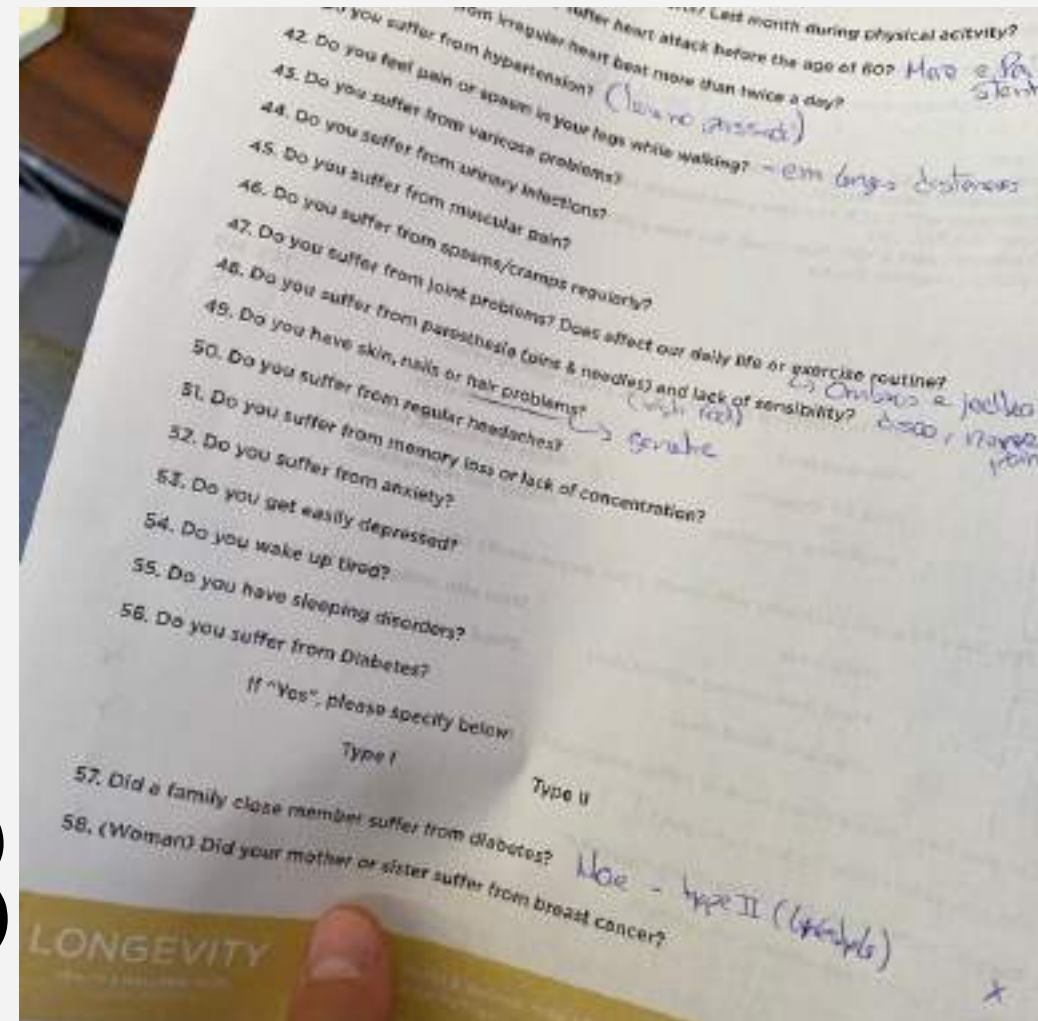


Kontrola temperatury w
lodówkach

1

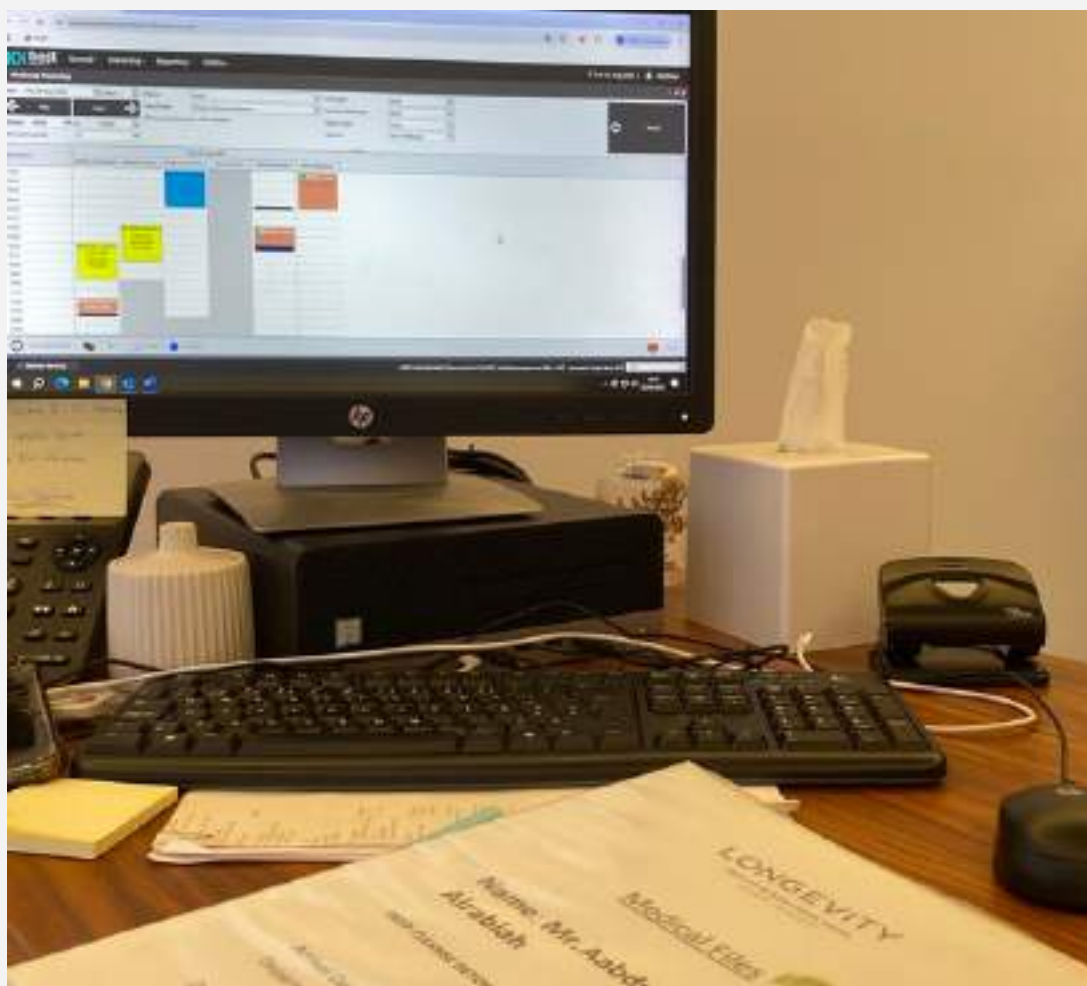


3



1. Warsztat dietetyczny na temat detoksu.
2. Wywiad żywieniowy.
3. Konsultacja dietetyczna.
4. Suplementy w gabinecie dietetycznym.

2



4





sprawdzanie daty przydatności



wózek do talerzy



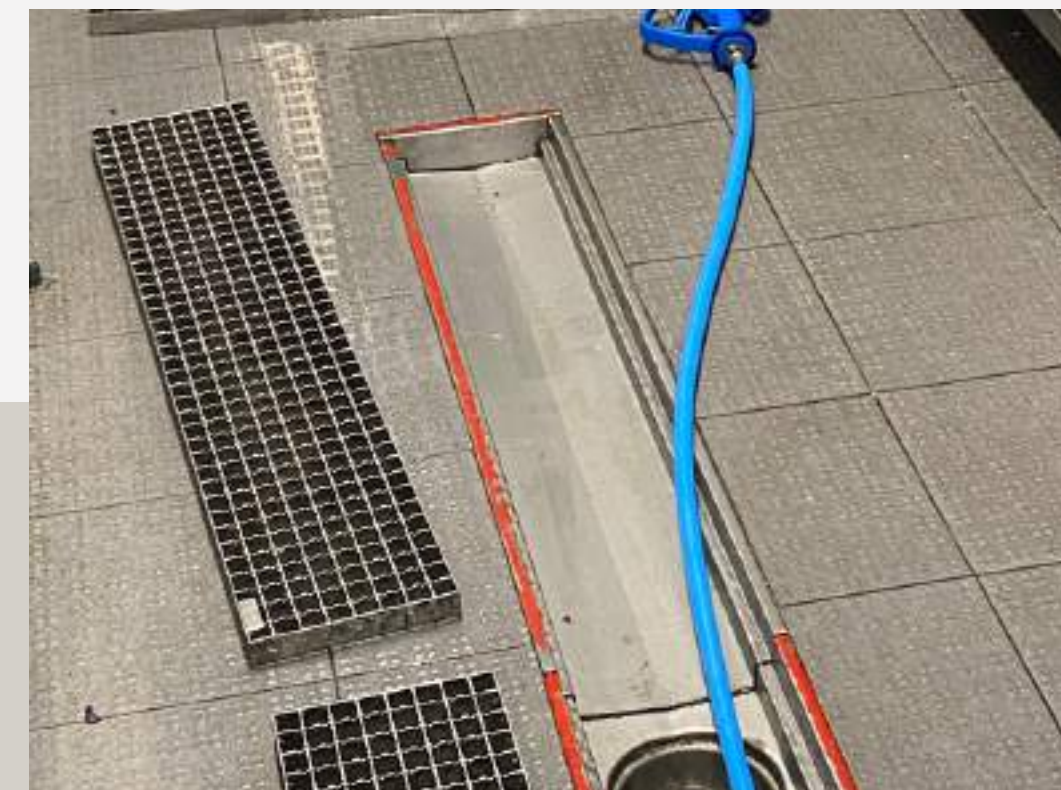
mięso sojowe - Seitan



Wrap z vege-bekonem



reklamacja towaru



Mycie kuchni węzem

Dania w restauracji



Pieczony falafel:



- Ciecierzycy konserwowa
- Cebula
- Pietruszka
- Kolendra
- Kmin rzymski
- Kolendra mielona
- Papryka cayenne
- Soda oczyszczona
- Sól i pieprz
- Olej

Kulki energetyczne:

- Morele suszone
- Śliwki suszone
- Daktyle
- Miód
- Oliwa z oliwek
- Migdały



domowa granola:



Baza to płatki owsiane i miód, a **smak** można zmieniać, dodając różne rodzaje orzechów, nasion, suszonych owoców, jagod i przypraw

1



2



3



4



5



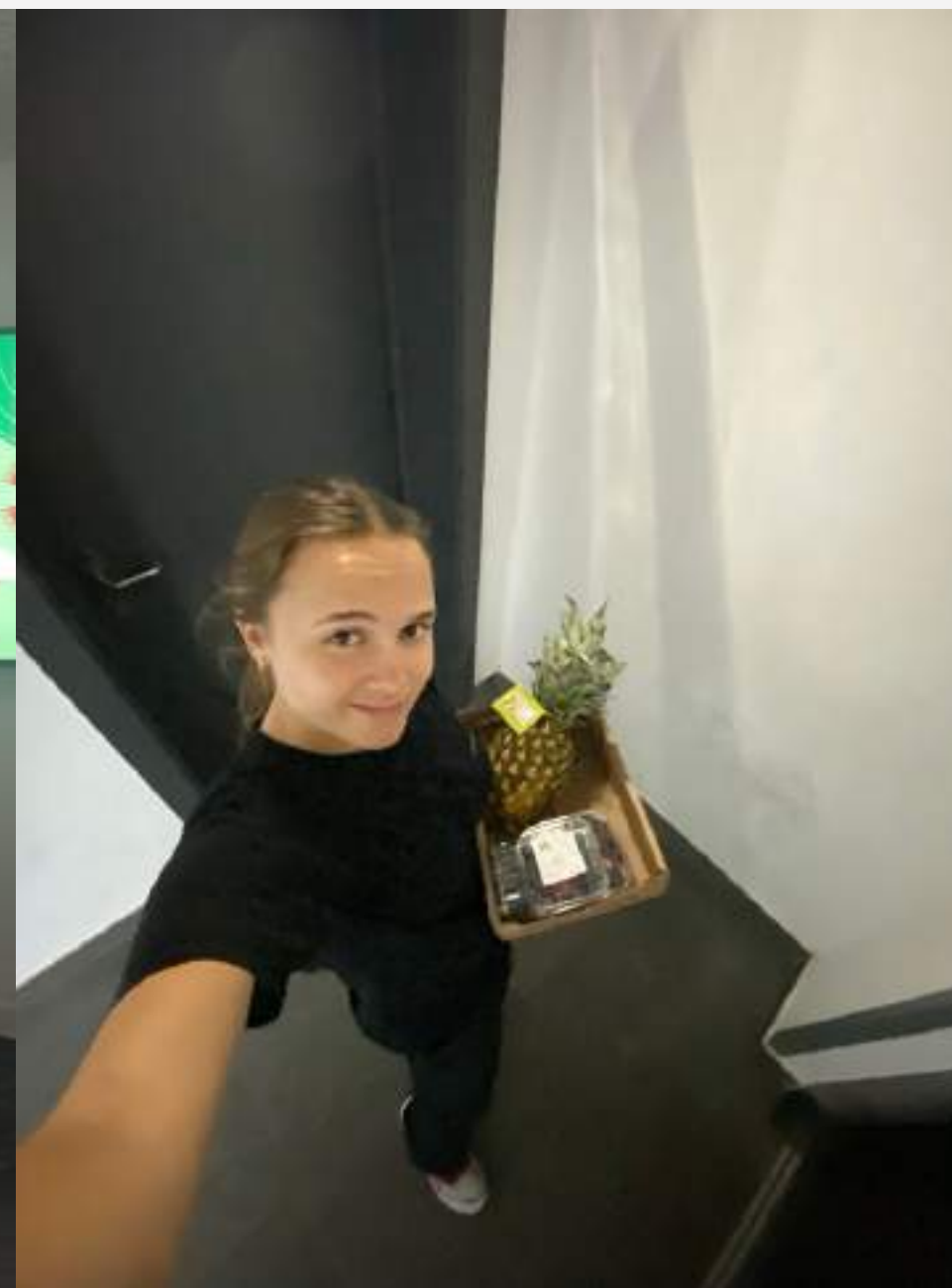
1. Przygotowanie kiwi do bufetu
2. Zaserwowane owoce tropikalne
3. Wegetariańskie kulki mięsne
4. Przygotowanie szaszłyków owocowych
5. Kiwi baby



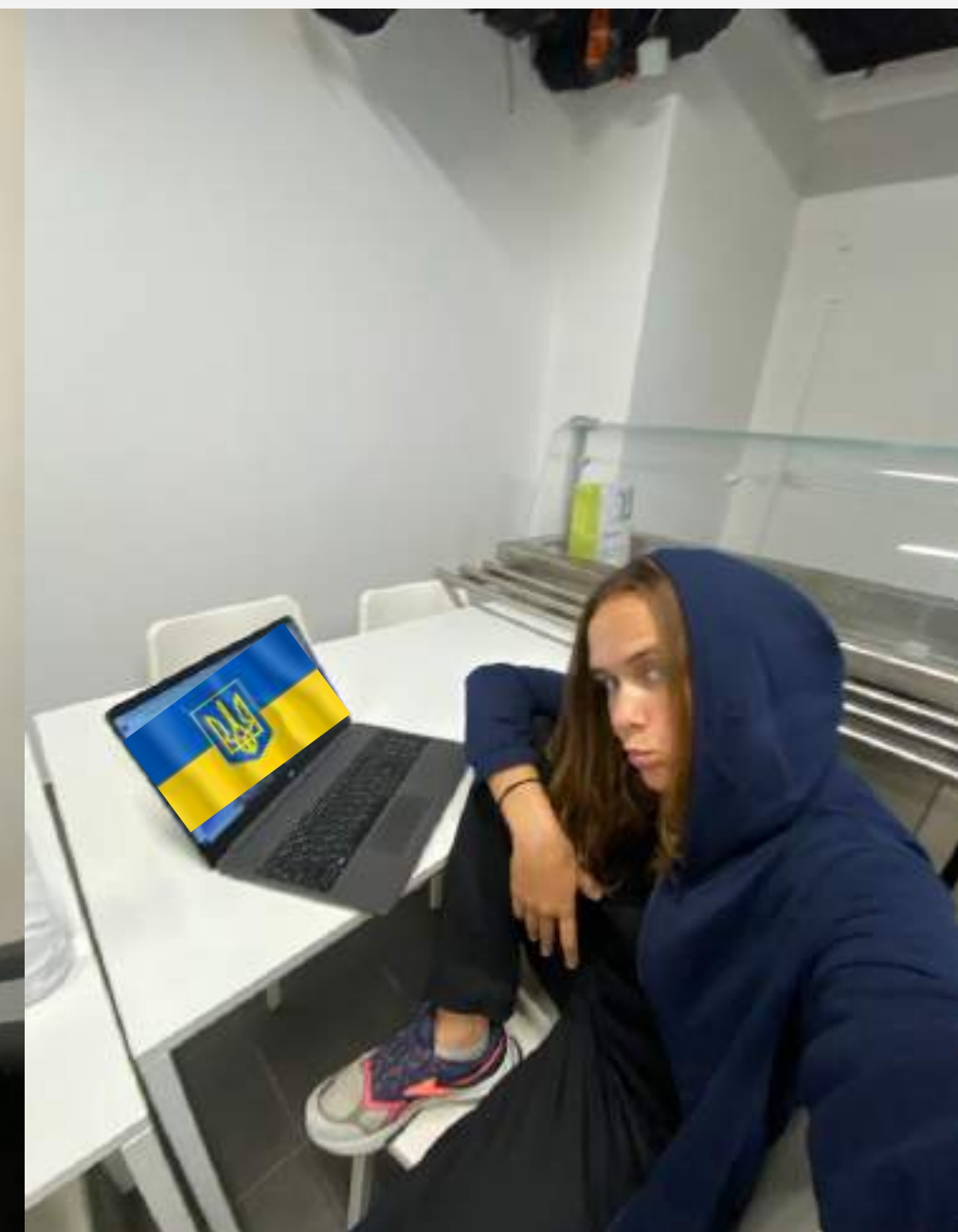
Ogromny dziki łosoś



**Przeprowadzanie
prezentacji**



**Przenoszenie
produktów z
magazynu do kuchni**



**Uzupełnianie dziennika
praktyk**

PODRÓŻO WANIE

Podróżowanie

ALVOR





ALVOR



Vila do Bispo



Portimão





MONCHIQUE

Fóia – najwyższy punkt w okolicach Portimão





MADEIRA

EXPLORE NEW CULTURE!

any questions? you're welcome to
message me

anastasiia_just_nastya 