

Diätkoch/-köchin EFZ

« austüfteln, erarbeiten, berechnen, kochen, zubereiten, planen, organisieren »

Gesundes, ausgewogenes Essen ist wichtig. Das gilt für alle Menschen, im Besonderen jedoch für Menschen mit Diabetes, Essstörungen, Lebensmittelallergien oder Erkrankungen, z. B. von Magen, Darm, Herz und Kreislauf.

Diätkoch und Diätköchin arbeiten in Spitälern, in enger Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung, in Heimen oder Gesundheits- und Wellnessunternehmen.

Je nach Arbeitsort sind die Schwerpunkte ihrer Tätigkeit etwas unterschiedlich. Aufgrund der ärztlichen

Verordnung oder gemäss verschiedenen Ernährungstherapien stellen sie die täglichen Menüpläne und Gerichte zusammen und erarbeiten Rezepte mit den erforderlichen Nährstoffen.

Sie gestalten den Menüplan abwechslungsreich und planen wohlschmeckende Gerichte, so dass die Diät möglichst nicht nur Verzicht, sondern auch Gaumenfreude ist. Sie planen und organisieren ausserdem effiziente Betriebsabläufe, Speiseverteilungssysteme und Servicearten in Zusammenarbeit mit den damit involvierten Stellen.

Zutritt

Abgeschlossene Volksschule.

Ausbildungsdauer

4 Jahre berufliche Grundbildung; 3 Jahre berufliche Grundbildung als Koch/Köchin EFZ und ein Jahr Zusatzgrundbildung (z. B. in einer Spitalküche). Zum vierten Bildungsjahr ist nur zugelassen, wer das eidg. Fähigkeitszeugnis als Koch/Köchin vorweisen kann.

Sonnenseite

Die Tätigkeit ist interessant und abwechslungsreich. Im Zentrum steht das Wohlbefinden der Patienten und Gäste. Diätkoch und Diätköchin können ihre Kreativität in die Menüpläne und Gerichte einbringen.

Schattenseite

Die Berufsleute arbeiten am Mittag und Abend. Die Freitage sind mit einem Einsatzplan geregelt, da die Gäste und Patienten auch am Wochenende bewirtet werden.

Vorurteil

Diätgerichte könnte doch jeder gelernte Koch genauso zubereiten.

Realität

Diätköche verfügen über vertiefte Kenntnisse der Zusammenhänge von Ernährung, Gesundheit und Krankheit. Ihre besondere Herausforderung ist es, mit vorgeschriebenen oder eingeschränkten Zutaten fein schmeckende Gerichte zu kochen und abwechslungsreiche Menüpläne auszuarbeiten.

Was, wozu?

Damit der Patient ein Essen erhält, das seine Gesundheit fördert, kocht der Diätkoch das Menü gemäss den Vorgaben der Ernährungsberatung; dabei wägt er die Zutaten äusserst exakt ab.

Damit die Diätköchin in einem Heim den Gästen mit Diätkost einen abwechslungsreichen Menüplan mit Zutaten, die sie mögen, gestalten kann, informiert sie sich über deren Vorlieben.

Damit bei einem Patienten mit einer Lebensmittelallergie nicht versehentlich eine Reaktion ausgelöst wird, kennt der Diätkoch alle Inhaltsstoffe der verwendeten Speisen und achtet darauf, dass auch beim Zubereiten keine unerwünschten Inhaltsstoffe eingeschleust werden; er reinigt Arbeitsbestecke und Gefässe stets gründlich vor der Verwendung für die Diätspise.

Damit die Patienten und Gäste die Mahlzeit rechtzeitig und warm auf dem Tisch haben, organisiert der Diätkoch die Betriebsabläufe zum Servieren des Essens entsprechend.

Damit stets alle Zutaten für die Gerichte vorhanden sind, erstellt der Diätkoch die Einkaufsliste und bestellt die Produkte bei den Lieferanten.



Entwicklungsmöglichkeiten

Hospitality Management BSc FH, Economiste d'entreprise en hôtellerie et professions de l'accueil BSc HES, Lebensmittelingenieur/in BSc FH oder Biotechnologe/-in BSc FH

Dipl. Hôtelier/-ière-Restaurateur/-trice HF

Dipl. Küchenchef/in, dipl. Leiter/in Gemeinschaftsgastronomie, dipl. Lebensmitteltechnologe/-in (höhere Fachprüfungen), Produktionsleiter/in (Spezialisierung)

Chefkoch/-köchin mit eidg. Fachausweis (Berufsprüfung)

Diätkoch/-köchin EFZ

Anforderungsprofil

	vorteilhaft	wichtig	sehr wichtig
Ausdauer, Fremdsprachenkenntnisse	●		
Bereitschaft zu unregelmässiger Arbeitszeit		●	
Guter Geruchs- und Geschmackssinn			●
Hygienebewusstsein, Verantwortungsbewusstsein			●
Interesse an Ernährungsfragen, Freude am Kochen, Kreativität			●
Kräftige Konstitution		●	
Organisationstalent		●	
Sinn für Betriebswirtschaft	●		
Teamfähigkeit, Belastbarkeit, rasche Auffassungsgabe		●	
Verständnis für kranke Menschen			●