eatrend

# ízelítő

## Konyhatechnológiai folyamataink

## Utunk a 2021/22-es Közétkeztetési Szakácsversenyen

## Dombóvár
- meglátni és itt maradni...

Az Eatrend Magyarország ingyenes magazinja • 2021/2022 tél

# „Szerettem volna találkozni a fogyasztókkal”

*Lakatos Gábor*
*területi vezető*

Még egész fiatalon fogott meg a konyha világa. Alapvetően cukrász szerettem volna lenni, de a szakácsmesterség szélesebb tudásanyaga jobban vonzott, így immár több mint 15 éve ebben a szakmában tevékenykedem. A folyamatos kihívások, fejlődési lehetőségek, új eljárások elsajátítása inspirált, a szamárlétra legaljától fokozatosan haladtam felfelé, és szélesítettem a tudásomat. A fine dining világában nagyon sok különleges és egzotikus alapanyagot és eljárást megismertem, de úgy éreztem, nagyon távol vagyok a fogyasztótól, és kevés hatásom van a felnövekvő generációk étkeztetésére, ízlésformálására, arra, hogy megismerjék és megszeressék a zöldségeket, a halat, vagy a házi gyümölcsjoghurtot. **Sokat adott nekem az étteremben való főzés, de szerettem volna egy más felépítésű konyhában, rendszerben is kipróbálni magam.** Egy olyan konyhának és folyamatrendszernek szerettem volna a részese lenni, ahol napi 1000 (Kiskőrös) vagy akár napi 2200 (Nagykőrös) adag ebédet készítenek a konyhákon. 2020 nyár végén jött szembe velem az Eatrend hirdetése, melyben területi vezetőt kerestek, ami pont ideális munkakör volt a nem sokkal korábban megfogalmazott vágyaim számára. Megpályáztam, és immár több mint 1 éve erősítem az Eatrend Magyarország csapatát területi vezetőként.

Számos előnye van annak, hogy szakács-ismeretekkel csatlakoztam a céghez, ugyanakkor – bevallom, - nehéz néha elszakadni a korábbi szokásoktól. **Területi vezetőként egy jóval tágasabb látásmódra van szükség, főként a munkaszervezés terén,** de említhetném a kommunikációt is, azaz a konyha által ellátott intézmények vezetőivel való egyeztetéstől az ételeket fogyasztó gyermekekig mindenkivel meg kell találni a közös hangot és az egyetértő kommunikáció útjait. Ez utóbbival kapcsolatban nem csak a kollégáktól kaptam segítséget, akikkel közösen vettünk részt az első pár intézménylátogatáson, hanem a cég is szervez 2-3 havonta kommunikációs tréninget, ahol valós, reprodukált helyzetekbe kerülünk szülőkkel, gyermekekkel, pedagógusokkal szemben.

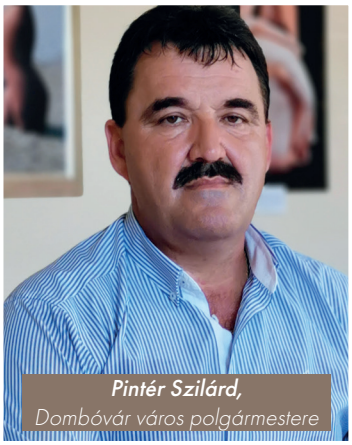
Az Eatrendnél a belső fejlődési utak a meghatározóak, azaz jellemzően élelmezésvezetői pozícióból kerülnek ki a területi vezetők. Én külsősként, de éttermi tapasztalattal jöttem a céghez, azonban számos területtel ekkor kerültem először kapcsolatba: EMMI rendeletnek megfelelő étlap megírása, statisztikák készítése, üzleti tervekkel kapcsolatos teendők... Az előbb említett kommunikációs tréningen túl is nagyon sok ismeretet adott a cég, amit tudásként magamba tudtam szívni.

A hozzám tartozó mindhárom főzőkonyhán igazi csapat alakult ki, ahol a több mint 60 remek munkatársam lelkiismeretesen és az előírásainknak megfelelően végzi feladatait. **Ezért is nagy öröm számomra, hogy a 2021 májusában életre hívott ÍZi ebédrendelési szolgáltatásunk bölcsője Nagykőrös és Kiskőrös voltak (még Házias Ízek néven), valamint a City Catering márka alatt elérhető catering szolgáltatásunk terén is kiemelkedő Kiskőrös és Nagykőrös mellett Örkény is.**

Gyakran kérdezik, hogy hiányzik-e a főzés. Igen is, meg nem is :) Jól érzem magam ebben az új feladatkörben, elhivatott és szakmailag kifogástalan kollégákkal dolgozhatok együtt egy mozgalmas munkakörben, amiben ki tudok teljesedni. Változatos ételeket készítenek munkatársaim, számos rendezvény előkészületeiben és koordinálásában vehetek részt, szakmailag is sokat fejlődtem az itt töltött idő alatt... De az igazi ’szívem csücske’ pillanat, amikor 1-1 konyhánkon végigfut egy kifejezetten válogatós gyermek aznapi dicsérete a bolognai spagettire.

# Dombóvár

## - meglátni és itt maradni...



***Pintér Szilárd,***
*Dombóvár város polgármestere*

Pintér Szilárd vagyok, 2019. október 13-a óta Dombóvár város polgármestere. Polgármesteri tisztségem mellett a Kapos-menti Terület- és Vidékfejlesztési Társulás elnökeként dolgozom a térség fejlődése érdekében. Tanulmányaim után, 1989-től kezdtem el dolgozni a takarékszövetkezetnél, 2001-től pedig a Hungária Takarék hálózati igazgatója lettem. Emellett párhuzamosan 1994-től képviselőként, majd 1998-tól 21 éven át polgármesterként tevékenykedtem Csikóstőttősön, a két évtized alatt számos sikert értünk el a település- és közösségfejlesztés területén. Harminc évig dolgoztam a bankszektorban, képzett pénzügyi szakemberként és tapasztalt polgármesterként választottak meg a város vezetőjének.

Tizenhét év után sikerült a változás útjára állítani Dombóvárt. Az elmúlt közel 2 év alatt a vírushelyzet okozta nehézségek ellenére stabilizáltuk a város pénzügyi helyzetét észszerű gazdálkodással és kormányzati támogatással. Azon dolgozunk, hogy Tolna megyében és országos szinten egyaránt méltó helyére emeljük a várost. Véleményem szerint jó úton haladunk, mind a megyei és országos vezetőkkel kiváló kapcsolatot ápolunk, számíthatunk támogatásukra.

Kiemelkedő eredményeink közé sorolható, hogy 85 millió forintból újulhattak meg a városban a sporthoz kapcsolódó intézmények, sportpályák, illetve két új műfüves pálya megépítését is meg tudtuk valósítani. Közel 130 millió forintot fordított a város utak, járdák felújítására, karbantartására, parkolók bővítésére és létesítésére. Jelentős eredmény Dombóvár vonatkozásában, hogy a közélet megnyugodott és több eredményes együttműködés indult el. Megalakult a Dombóvári Vállalkozói Egyesület, példás összefogásból vásárolhatott eszközöket a szintén újonnan alakult Dombóvári Mentő Alapítvány. 2021. január 1-jétől a költséghatékonyság és célszerűbb feladatellátások miatt, összevonásra került a szociális szolgáltatásokat végző két intézmény a térségben, a közétkeztetés egy kézbe került, modern környezetben, korszerű eszközökkel látják el a feladatokat az Eatrend Magyarországnak köszönhetően. A kultúrához köthető három fő szervezet – a művelődési ház, a könyvtár és a helytörténeti múzeum - is egy intézményként látja el a feladatait.

Az elmúlt év végén kormányzati döntés született arról, hogy egy térségi

sport- és szabadidős centrum épülhet Dombóváron, amely négy különböző sportágat fog kiszolgálni. Hatpályás 25 méteres úszómedence, oktatómedence, lőtér, tekepálya és kosárlabdapálya befogadására alkalmas méretű sportcsarnok fog létesülni a sportkomplexumban. Szintén 2020 novemberében nyert támogatást az új mentőállomás építése is a járásközpontban. A két beruházás összesen 3,5 milliárd forintból valósulhat meg a közeljövőben. Emellett számos beruházás indult el pályázati forrásból, amely az oktatás és az egészségügy területén fog előrelépést eredményezni, továbbá a vállalkozások működéséhez biztosít majd korszerű és méltó körülményeket.

# Konyhatechnológiai folyamataink

Az talán nem meglepő, hogy egy 3000 gyermeket kiszolgáló gyermekétkeztetési főzőkonyhán naponta a háztartási mennyiség többszöröse kerül felhasználásra – csak hogy néhány példát említsünk:

- 1-1 átlagos napon, amikor pörkölt szerepel az étlapon, 200 kg húst és 240 kg tésztát főzünk
- almás nap esetén 3.000 db, azaz több mint 400 kg almát juttatunk el a gyermekek számára
- 1-1 reggeli esetén 180 kg kenyeret használunk fel
- 900 liter levest és 900 liter főzeléket főzünk,

azonban az olyan apró konyhatechnológiai fortélyok, melyekkel a főzőkonyha gördülékeny működését tudjuk elősegíteni, eddig rejtve maradtak. Eddig :) Mert most betekintést nyújtunk a színfalak mögötti cselek és trükkök, furfangok és fogások világába.

## HOGY NÉZ KI EGY KONYHÁNK EGY NAPJA?

Gyermekétkeztetőként fontosnak tartjuk, hogy a lehető legtöbb esetben friss alapanyagokkal dolgozzunk. Konyháinkra frissen, tisztítva, megfelelő méretűre és formára vágva érkeznek a zöldségek és a húsok. **Az ellátotti létszámtól függően a főzés jellemzően 4:00-5:00 között kezdődik konyháinkon.** A konyhára történő megérkezést, és munkábaállást (átöltözés, ékszerek levétele, stb) követően munkatársaink átveszik a frissen érkezett pékárukat és a tejtermékeket, majd elkezdik a kisétkezéshez az italok (forralt tej, karamella, tea...) és a szendvicsek elkészítését (felvágottak adagolása, helyben készült ízesített vajkrém összeállítása, stb). Bizonyos intézmények kifejezett kérésének teszünk eleget akkor, amikor a reggeli ügyeletre érkező gyerekek számára a szokásosnál korábbi időpontra visszük ki az ételeket, a többi intézménybe 7:00-8:00 között érkeznek meg ételszállító kollégáink. **A kiszállított kisétkezést az intézmény munkatársai csoportokra osztva összeállítják és kiadagolják a gyermekek részére.** A főzőkonyhán ezidő alatt kollégáink a friss alapanyagokból megkezdik az ebéd elkészítését: 300 l-es üstök, Rational sütők és billenőserpenyők állnak rendelkezésükre, hogy **a modern konyhatechnológiai lehetőségeket kihasználva ízletes és változatos ételeket készítsenek a gyerekek számára.** Az elkészült ételeket intézményenként kiadagolják, majd 1 vagy 2 részletben kiviszik – itt is a gyermekek napi rutinját figyelembe véve a bölcsődékbe és óvodákba 11:00 körül, míg az iskolákba 11:30-12:00 között érkezik meg az ebéd.

**A melegentartás folyamata:** ételeink többsége 90°C-on 🔥 készül el, és ezen a hőmérsékleten kerül át a hőtároló badellákba. Szállítás után a tálalás helyszínén melegentartó pultokba kerülnek, melyekben továbbra is 75-80°C 🔥 közötti hőmérsékleten marad az étel, míg a gyerekek tányérjában 70-75°C-os 🔥 hőmérsékletű lesz az ennivaló.

A főzést és kiszállítást követően adminisztrációs, illetve takarítási feladatok várnak kollégáinkra, továbbá előkészítő folyamatokat végeznek a másnapi menüvel kapcsolatban.

**Tudtad-e?**
A pékárut (kenyeret, zsemlét, kiflit, kakaós csigát) minden konyhánkra a fogyasztás napján szállítják partnereink.

## MIT ESZNEK A GYEREKEK?

Az étlapírás a dietetikai osztály és a területi vezetők mindennapjainak egyik legnagyobb kihívása. Az étlaptervezés az alábbi 3 főbb szempont figyelembevételével történik:

- **EMMI rendelet előírásai (iskolás korosztályra, napi 3x-i étkezés esetén, 10 élelmezési napra vonatkozólag) többek között**
  - 10 naponta szerepeljen az étlapon hal
  - 10 naponta 1x szerepelhet bő zsiradékban sült étel
  - 10 nap tekintetében 3 liter tej, vagy ennek megfelelő kalciumtartalmú tejtermék biztosítása
  - az összenergiamennyiség legfeljebb 10%-a származhat hozzáadott cukorból
  - naponta 2 adag zöldséget vagy gyümölcsöt kell biztosítani (a burgonyát nem ide számítva), ebből az egyiknek nyersnek kell lennie
  - 2 adag gabona-alapú élelmiszert kell biztosítani (rizs, pékáru, kölesgolyó, bulgur...), és ebből legalább 1-nek teljes kiőrlésűnek kell lennie
  - 10 napon belül min. 3, legfeljebb 5 db tojást kell adni (beleszámítandó az ételkészítés során használt tojás is)
  - visszafogott ízesítés
  - adott korcsoport számára az előírt napi tápanyagértékek figyelembevétele
  - stb.

- **gyerekek ízlésvilága**
  - kedvencek: paradicsomleves, rántott hús, bolognai spagetti, tejszínes csirkemell tésztával, túrógombóc, alapvetően sósabb ízvilág
  - nem kedvelik: spenót főtt tojással, tonhalkrém, padlizsánkrém, teljes kiőrlésű pékáruk

- **változatosság**
  - leveseknél törekszünk arra, hogy ne kövessék az étlapon azonos típusú ételek egymást (tükrös-, sűrített-, tejszínes-, krémleves...)
  - főételnél szintén a változatosság a cél: főzelékek, szaftos tészták, bő zsiradékban sült húsok, egytálételek, raguk, szelethúsok, édes-sós tésztaételek váltakoznak
  - konyha adottságai, lehetőségei, munkaszervezési sajátosságai

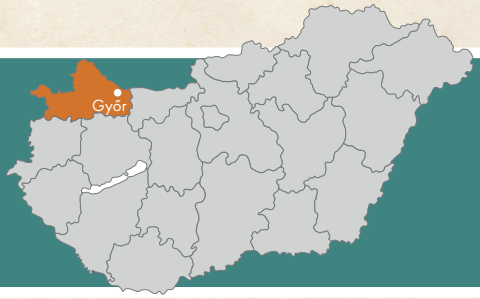
**Tudtad-e?**
A snidlinges vajkrém a tálalás reggelén készül főzőkonyháinkon, az aznap reggel frissen, cserépben érkezett metélőhagymából.

**Tudtad-e?**
A kóstolási naplón alapuló motivációs rendszert vezettünk be kollégáink számára.

## HONNAN TUDJUK, HOGY MENNYIRE ÍZLETT AZ AZNAPI ÉTEL?

A visszajelzések nagyon fontosak számunkra, melyeket Kóstolási naplókon gyűjtünk. Ezeken a nyomtatott lapokon nem csak 1-5-ig tudják az étkezők értékelni az ételeket, hanem a népszerűségre is kérünk osztályzatot, továbbá a megjegyzés rovatban további észrevételek megtételére van lehetőség. A kóstolási naplókon beérkezett visszajelzéseket mind az étlaptervezéskor, mind pedig az egyes ételek főzésekor hasznosítjuk.

# A Győri SZC Móra Ferenc Általános Iskola bemutatása



*Fekete Szabolcs, igazgató*
*Győri SZC Móra Ferenc Ált. Iskola*

Kisgyermekkorom óta tanár szerettem volna lenni, s talán egyszer elérem az elérhetetlent...

*„Jót s jól! Ebben áll a nagy titok. Ezt ha nem érted,*
*Szánts és vess, s hagyjad másnak az áldozatot."*
(Kazinczy Ferenc)

Intézményünk 1973 szeptemberében nyitotta meg kapuit Győr első lakótelepén, Adyvárosban. Iskolánk névadója Móra Ferenc lett, akinek életműve időtállóan példaértékű gyermeknek, felnőttnek egyaránt.

Büszkén mutatjuk a hozzánk látogatóknak karzatos tornatermünket, a 25 méteres feszített víztükrű uszodánkat, a több mint 20 000 kötetes könyvtárunkat, az iskolai rendezvényeknek, kulturális programoknak helyt adó aulánkat, melynek ékköve a Kovács Margit Kossuth-díjas művész, Győr díszpolgára által készített, városunk történetét bemutató 10 képből álló kerámiarelief.

Iskolánk pedagógusai a kezdetektől fogva arra törekedtek, hogy a mennyiségi igények mellett a minőségi oktatás követelményeinek is megfeleljenek. A „mórás" pedagógusok kiemelt feladatuknak tartják ma is az ifjúság egészséges életmódra nevelését, figyeltek és ma is figyelnek a szabadidő tartalmas eltöltésének megszervezésére. Különleges eseménynek számított a neves írókkal, költőkkel, hazai és külföldi sportolókkal való találkozás.

A szakmai igényesség kezdetektől fogva mozgatórugója volt a „mórás" szemléletnek.

Iskolánk tradicionálisan fontos alapfeladata, hogy biztos alapokat adjon, felkészítse tanítványait a továbbtanulásra a tehetséggondozás jegyében, amelyeket a kezdetektől kiegészítenek a színvonalasan működő szakkörök, érdeklődési körök (pl. néptánc, képzőművészet, énekkar, sportkörök stb.).

A Mórában hagyományosan **három párhuzamos osztályt indítunk évfolyamonként,** melyek képzési rendszere a következő: az „a" osztály idegen nyelvű irányultságú, a „b" osztály digitális és vizuális kultúra, míg a „c" osztály sport irányultságú.

Büszkeséggel tölt el bennünket, hogy iskolánk egykori diákjai közül többen a magyar sport kiváló képviselői lettek. A **„Mórások voltak..." sportemlékfal** létrehozásával személyüket példaként állítjuk a mai ifjúság elé.

**Intézményünk a kezdetektől fogva maga mögött tudhatta a szülők támogatását. A felajánlott segítséget (az iskola szépítése, előadások tartása, kirándulások szervezése) az elismerten hatékonyan tevékenykedő szülői munkaközösség koordinálja.**

Célunk az, hogy a hagyományos polgári értékrend mentén kötelesség- és tisztelettudó, becsületes, tudásvágyó, kreatív fiatalokat neveljünk. Sokat teszünk azért, hogy diákjaink kötődése erős legyen iskolájukhoz, kialakuljon bennük a „mórás" tudat.

# Utunk a 2021/22-es Közétkeztetési Szakácsversenyen

2021 tavaszán hozta nyilvánosságra a Közétkeztetők, és Élelmezésvezetők Országos Szövetsége **(KÖZSZÖV)**, a Magyar Nemzeti Gasztronómiai Szövetség **(MNGSZ)** és a Nemzeti Élelmiszerlánc-biztonsági Hivatal **(NÉBIH)** az idei Közétkeztetési Szakácsverseny versenykiírását. A Közétkeztetési Szakácsverseny (KÖSZ) a hazai közétkeztetők egy meghatározó megmérettetése. Az eseménysorozat különlegessége, hogy – ahogy a mottójuk is mondja – **Az út a cél, azaz elsősorban nem a versengés, egymás legyőzése céljából hívták életre, hanem azért, hogy a közétkeztetési, gyermekétkeztetési szakma szereplői egymástól tanulva, és így fejlődve jobbnál jobb ételeket kínáljanak ellátottaiknak.** Azzal, hogy egy közös cél érdekében készülnek, terveznek, alkotnak, és főznek a csapatok, valóban **a szakmai fejlődést** helyezi a középpontba. A verseny során, az egyes fordulók között lehetőség van a szerzett tapasztalatok alapján a menüsor, a technológia vagy a receptúra változtatására, így tökéletesítve a kínált ételsort.

**A 2021/22-es Közétkeztetési Szakácsverseny témája: Farsangi ételek a hagyomány és megújulás jegyében.**

Az Eatrend Magyarország 3 fős csapata a kiírás hetében elkezdte összeállítani a 3 fogásos ebédet, melynek a kiírás szerint **tartalmaznia kellett sütőtököt, fánkot, és valamely magyar tájegység hagyományos farsangi ételsorát kellett megidéznie.**

Kollégáink a végső megvalósításig számos ételsort kipróbáltak, melyek mindegyike megfelelt az előírásoknak, azonban volt olyan étel, melyet a korlátozott tálalási lehetőségek miatt vettek ki a menüsorból, volt, amelyik esetén a verseny egyik fordulójában lefőzendő 50 adag elkészítése lett volna túl nagy rizikó a bonyolult technológia miatt, és olyan étel is volt, amelyet színe miatt cseréltek le. Munkatársaink az alábbi menüsorral indultak a versenyen:

- zöldségleves sütőtökös palacsintametélttel
- kacsacombbal töltött pulykamell sütőtökkel, burgonyafelfújttal és sütőtökpürével
- Profiterol vaníliával, áfonyával és karamellel

Azonban az ötletelés és tervezés szakaszában több étel is felmerült, melyek között volt sütőtökös köleskrém házi baguette-en, bazsalikomos paradicsomleves sajtchips-szel, sütőtökkrémleves pirított tökmaggal, céklás burgonyaborzas zöldfűszeres harcsasteakkel, sütőtökös harcsatorta burgonyapürével és rozmaringos-medvehagymás zöldségekkel, profiterolhattyú erdeigyümölcs-öntettel, karamellkosár... A hétről hétre formálódó menüsort a közvetlen kollégák, illetve a gasztronómiai csapat tagjai folyamatosan véleményezték, így tisztult le nyárra a fenti menüsor, mellyel csapatunk bejutott a legjobb 12 versenyző közé.

*Fotó: Csárdás Ferenc*
*A képen balról jobbra: Boros Jenő szakács, Cegléd; Tárnok Angelika szakács, Cegléd; Sebestyén István konyhatechnológiai és gasztronómiai koordinátor*

Drukkoljunk együtt a döntőben 2022 tavaszán a SIRHA-Budapest rendezvényen az Eatrend csapatának!

**Impresszum:** Ízelítő - az Eatrend Kft. ingyenes magazinja. Felelős kiadó: Eatrend Kft., 2730 Albertirsa, Pesti út 65. Vezető szerkesztő: Lajos Nikoletta, marketing manager. Fotó: Shutterstock, Freepik, saját adatbázis. Grafikai megvalósítás: Korcsolai Kitti. Megjelenik 2.000 példányban. Nyomda: Printmagus.com Zrt. - 4400 Nyíregyháza, Westsik Vilmos út 4. A magazinban egyes írások, ismertetők reklámcéllal, hirdetésként jelennek meg, ezeket a tartalmakat a cikk végén található (R) jelzéssel jelöljük.

# „A föld alól is előkerítjük a különleges alapanyagokat”

KONSZEG ZERV
ÉLELMISZER NAGYKER
GYŐR, BÉCSI U. 14.
TEL./FAX: 96/519-411

Cégünk, a Konszeg Kft. 1996 óta szolgálja ki partnereit tartós élelmiszeripari termékekkel. 2 telephelyel rendelkezünk: győri központunk Győr-Moson-Sopron, Vas, Veszprém, illetve Komárom-Esztergom megyét látja el, míg székesfehérvári bázisunk a Fejér megyei partnerek kiszolgálásáért felel.

Cégünk tagja és egyben résztulajdonosa az Eurogasztro beszerzési társulásnak, mely hazai cégek összefogásából jött létre azzal a céllal, hogy a gyártókat arra ösztönözze, hogy ne csak a multinacionális vállalatok, hanem a kisebb magyar cégek is kedvező árakon vásárolhassák meg az alapanyagokat.

20 fős cégünk minden munkavállalója elkötelezett abban, hogy megrendelőinket minőségi termékekkel, az elvárt szállítási határidőre, kedvező árakon szolgáljuk ki a megrendelt szárazáruval (tészták, savanyúság, liszt, cukor, tea, zsemlemorzsa, lekvár...). Az Eatrend Magyarország számára elsősorban győri régiójukba szállítunk: győri és pápai konyháikra hetente többször viszünk árut, így biztosítva a folyamatos alapanyag-rendelkezésreállást, és az optimális raktárkészletet.

Megrendelőinkkel – így az Eatrend Magyarországgal is - időszakosan személyes egyeztetés során kérünk és adunk visszajelzést az együttműködésünk folyamatairól, melyek során partnereink beszámolói alapján az esetek túlnyomó többségében maradéktalanul megfeleltünk elvárásaiknak. Öröm olyan partnerekkel dolgozni, akik folyamatosan keresik az innovatív lehetőségeket, így a piacon újonnan megjelenő alapanyagokat. Nem ritka, hogy az Eatrend dietetikusai egy új étel bevezetéséhez keresnek egy eddig nem használt alapanyagot, melyet a föld alól is előkerítünk számukra :) (R)