



TRONDHEIM KOMMUNE

Års- og vurderingsplan 2017/2018

Mat og helse

Selsbakk skole 9.trinn

Kompetansemål etter 10.årstrinn

Kompetansemål

Mat og livsstil

Hovudområdet *mat og livsstil* handlar om å utvikle ferdigheiter og motivasjon til å velje ein helsefremjande livsstil. Å setje saman ernæringsmessig trygg og god mat i samsvar med tilrådingar for eit sunt kosthald frå helsestyresmaktene er eit viktig grunnlag for opplæringa innanfor hovudområdet. Det blir lagt vekt på at maten skal vere variert, innbydande og velsmakande. Refleksjon rundt samanhengen mellom mat, livsstil og helse er viktig.

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

1. planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat, og forklare kva for næringsstoff matvarene inneheld
2. samanlikne måltid ein sjølv lagar, med kostråda frå helsestyresmaktene
3. bruke digitale verktøy til å vurdere energi- og næringsinnhald i mat og drikke, og gjere seg nytte av resultatane når ein lagar mat
4. informere andre om korleis matvanar kan påverke sjukdommar som heng saman med livsstil og kosthald
5. vurdere kosthaldsinformasjon og reklame i media

Mat og forbruk

Hovudområdet *mat og forbruk* handlar om å bli kjend med ulike matvarer, varemerking og produksjon, og om mennesket som kritisk og ansvarleg forbrukar. Det skal leggjast vekt på å utvikle ferdigheiter og motivasjon, slik at ein kan velje ein livsstil som tek omsyn til menneske og miljø. Entreprenørskap som skapande prosess, frå idé til ferdig produkt, høyrer med i dette hovudområdet.

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

6. vurdere og velje matvarer på ein mangfaldig varemarknad når ein planlegg innkjøp
7. drøfte korleis ulike marknadsføringsmetodar kan påverke vala av matvarer som forbrukarane gjer
8. utvikle, produsere, gje produktinformasjon og reklamere for eit produkt
9. vurdere og velje varer ut frå etiske og berekraftige kriterium

Mat og kultur

Innanfor hovudområdet *mat og kultur* er måltidsskikkar til kvardag, høgtid og fest og kunnskap om norsk tradisjonsmat og mat i ulike kulturar og religionar sentrale emne. Maten skal vere innbydande. Både tillaging og presentasjon av mat er knytte til teknologi og design.

Mål for opplæringa er at eleven skal kunne

10. planleggje og gjennomføre måltid i samband med høgtider eller fest og ha ei vertskapsrolle
11. lage mat for ulike sosiale samanhengar og drøfte korleis mat er med på å skape identitet
12. gi døme på korleis kjøkkenreiskapar, tillagingsmåtar eller matvanar har endra seg over tid eller flytta seg geografisk, og forklare korleis det har verka inn på livet til folk
13. skape og prøve ut nye retter ut frå ulike råvarer, matlagingsmetodar og matkulturar

Grunnleggjande ferdigheiter er integrerte i kompetansemåla, der dei medverkar til å utvikle fagkompetansen og er ein del av han. I mat og helse forstår ein grunnleggjande ferdigheiter slik:

- *Å kunne uttrykkje seg munnleg og skriftleg* i mat og helse kan vere å gjere greie for smak, lukt og estetikk. Innsikt i fagstoff er knytt til munnlege presentasjonar og skriftleg arbeid. I samband med måltidssituasjonar blir kommunikasjon gjennom samtalar viktig. Munnlege ferdigheiter i faget mat og helse er knytte til det å gjere greie for praktiske problem og formulere spørsmål, og til det å argumentere og kommunisere idear i faget i samtale med andre. Skriftlege ferdigheiter kan vere å skrive eigne oppskrifter og framgangsmåtar, lage invitasjonar og illustrasjonar og vurdere aktivitetar
- *Å kunne lese* i mat og helse inneber å granske, tolke og reflektere over faglege tekstar med stigande vanskegrad. Det handlar om å kunne samle, samanlikne og systematisere informasjon frå oppskrifter, bruksrettleingar, varemerking, reklame, informasjonsmateriell og andre sakprosaetekstar, og vurdere dette kritisk ut frå føremålet med faget.
- *Å kunne rekne* i mat og helse er viktig i praktisk arbeid med oppskrifter. Det er òg viktig for å kunne vurdere nærings- og energiinnhald og samanlikne prisar på varer.
- *Å kunne bruke digitale verktøy* i mat og helse gjer det mogleg å søkje etter informasjon, samanlikne og vurdere næringsinnhald og presentere fagleg innhald.

Mnd	Uke	Tema	Mål (fra Kunnskapsløftet)	Litteratur/ ressurser	Vurdering (hvordan)	Kjennetegn på høy måloppnåelse (Udir)
Au gu st	34	<p>Velkommen til mat & helse</p> <p>Kompetansemål Læringsmål</p> <p>Gjennomgang kjøkkenrutiner, hygiene</p> <p>Gruppeinndeling Lærebok</p> <p>Mål og vekt</p> <p><u>Grønnsaker med dipp s. 7</u> <u>Sukkererter, blomkål, agurk, gulrot og reddik</u></p>	<p>Alle kompetansemålene gjennomgås</p> <p>10.planleggje og gjennomføre måltid 1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat</p>	<p>Kokeboka mi Leksjon 1</p> <p>Vaskerutiner med generelle hygieneregler for kjøkken</p> <p>Personlig hygiene / antrekk</p> <p>Utstyr på kjøkken, bruksområder Og plassering</p>	<p>Gjennomgang av ulike vurderingsmetoder og kriterier</p> <p>- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet</p>	<p>Disse kjennetegnene gjelder hele året:</p> <p>Kunnskap:</p> <p>Ernærings-kunnskap</p> <p>Ferdighet:</p> <p>Lage mat: Bruke oppskrifter Teknikker Redskapsvalg Sikre god hygiene</p> <p>Faglig innsikt:</p> <p>Forklare og sammenligne</p>
	35	<p><u>Tomatsuppe og scones s. 11</u></p>	<p>10.planleggje og gjennomføre måltid 1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat</p>	<p>Kokeboka mi Teori: vise kutting/hakking av løk Youtube/Tine</p>	<p>- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet</p>	<p>Disse punktene viser til høy måloppnåelse innenfor de ulike tema:</p> <ul style="list-style-type: none"> vurdere og anvende

						oppskrifter, velge hensiktsmessige redskaper og bruke komfyren på en fornuftig måte ved matlaging
September	36	<u>TEORIØKT</u> Leksjon 19 Måltidsrytme og næringsberegning Leksjon 23 Mat og energi	1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat 2.samanlikne måltid ein sjølv lagar, med kostråda frå helsestyresmaktene 3.bruke digitale verktøy til å vurdere energi- og næringsinnhald i mat og drikke, og gjere seg nytte av resultatata når ein lagar mat 4.informere andre om korleis matvanar kan påverke sjukdommar som heng saman med livsstil og kosthald	Teoriboka mi		<ul style="list-style-type: none"> • lage trygg mat ved å utføre nødvendige hygieniske tiltak som god orden, håndvask, bruk av riktige redskaper til utsatte råvarer, av redskaper og utstyr, • nøyaktighet ved vask oppbevare matvarer på en god måte • bruke faguttrykk og vitenskapelige begreper • omfattende kunnskap om matens og livsstilens betydning for helsen • omfattende kunnskap om næringsinnhold i råvarer og den betydningen tilberedelsen av maten har for næringsinnholdet
	37	<u>30 min prøve</u> <u>Gulerotpizza med bakepulver, kokebok for alle Salat s. 27, kokeboka mi</u>	2.samanlikne måltid ein sjølv lagar, med kostråda frå helsestyresmaktene 3.bruke digitale verktøy til å vurdere energi- og næringsinnhald i mat og drikke, og gjere seg nytte av resultatata når ein lagar mat 4.informere andre om korleis matvanar kan påverke sjukdommar som heng saman med livsstil og kosthald	Teoriboka Kokeboka mi	Teoriprøve - observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	<ul style="list-style-type: none"> • Ferdigstilling av alle retter til samme tid • Utføre nødvendige hygieniske tiltak som god orden, håndvask

			10.planleggje og gjennomføre måltid 1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat				
	38	<u>Suppelapskaus med pølse s. 12</u> <u>Grissini s. 8</u> Øvelse/teori: Gjærbakst Kutting av løk i skiver og terninger	10.planleggje og gjennomføre måltid 1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat	Kokeboka mi	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet		
	39	<u>Klippekrans s. 36</u> <u>Boller s. 100</u>	10.planleggje og gjennomføre måltid 1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat	Kokeboka mi	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet		
	40	<u>Øvelse til gjærbakstprøve.</u> <u>Par øving</u> <u>Brytebrød s. 61</u> <u>Fine horn s. 62</u> <u>Boller s. 100</u> <u>Fletteloff s. 62</u>	10.planleggje og gjennomføre måltid 1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat	Kokeboka mi	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet		
	41		VINTERFERIE				
Ok t.	42						

			Praktisk prøve i <u>fin gjærbakst</u> Halve klassen De som ikke har prøve lager: Hj.laget pizza eller pizza snurrer	Kokeboka mi		Praktisk prøve - observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet Tilpasset opplæring i forhold til vanskelighetsgrad
Ok tob er	43		Praktisk prøve i <u>fin gjærbakst</u> Halve klassen De som ikke har prøve lager: Hj.laget pizza eller pizza snurrer	Kokeboka mi	Logg, hva trives du med? Hva kan du bli bedre på?	Praktisk prøve - observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet Tilpasset opplæring i forhold til vanskelighetsgrad
	44	<u>Teoriøkt</u> Leksjon 6 Mat og kultur Leksjon 7 Norsk tradisjonsmat Leksjon 21 Maten i verden	1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat 10.planleggje og gjennomføre måltid 11.lage mat for ulike sosiale samanhengar og drøfte korleis mat er med på å skape identitet 12.gi døme på korleis kjøkkenreiskapar, tillagingsmåtar eller matvanar har endra seg over tid eller flytta seg geografisk, og forklare korleis det har verka inn på livet til folk 13.skape og prøve ut nye retter ut frå ulike råvarer, matlagingsmetodar og matkulturar	Kokeboka mi		
	45	<u>30 min teori prøve</u> <u>Spagetti</u> <u>Carbonara</u> <u>Egen oppskrift</u>			Teoriboka Kokeboka mi	Teoriprøve - observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet

No ve mb er	46	<u>Raspeballer s. 43</u> <u>Kålrotstappe s. 43</u> <u>Stekt bacon</u>	10.planleggje og gjennomføre måltid 1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat	Kokeboka mi	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet
	47	<u>Kjøttkaker,</u> <u>brunsaus s. 53,</u> <u>tyttebær ,poteter</u> <u>og erterstuing</u> <u>s.54</u>	10.planleggje og gjennomføre måltid 1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat	Kokeboka mi	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet
	48	<u>Lussekatter</u> Egen oppskrift Hver klasse lager 100 stk + smaksprøve	11.lage mat for ulike sosiale samanhengar og drøfte korleis mat er med på å skape identitet	Egen oppskrift	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet
	49	<u>Teoriøkt</u> Leksjon 2,3 Mat for glede og god helse Leksjon 5 Bærekraftig mat Leksjon 8 Hva inneholder maten?	1.planleggje og (lage) trygg og ernæringsmessig god mat 2.samanlikne måltid ein sjølv lagar, med kostråda frå helsestyresmaktene 5.vurdere kosthaldsinformasjon og reklame i media 11.lage mat for ulike sosiale samanhengar og drøfte korleis mat er med på å skape identitet 12.gi døme på korleis kjøkkenreiskapar, tillagingsmåtar eller matvanar har endra seg over tid eller flytta seg geografisk, og forklare korleis det har verka inn på livet til folk 13.skape og prøve ut nye retter ut frå ulike råvarer, matlagingsmetodar og matkulturar	Teoriboka Kokeboka mi	Teoriprøve - observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	

De se mber	50	<u>Innlevering fra teoriøkt uke 49</u> Vask og rydde på kjøkkenet til jul			- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	
	51	Vask og rydde på kjøkkenet til jul	1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat, og forklare kva for næringsstoff matvarene inneheld		- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	
De s/ jan	52	Juleferie				
Ja nu ar	1	<u>Teoriøkt</u> Leksjon 4 Vi tar vare på maten Leksjon 12 Hvor lenge holder maten seg ? Leksjon 16 God mat av rester	1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat 6. vurdere og velje matvarer på ein mangfaldig varemarknad når ein planlegg innkjøp 9.vurdere og velje varer ut frå etiske og berekraftige kriterium 10.planleggje og gjennomføre måltid i samband med høgtider eller fest og ha ei vertskapsrolle 11.lage mat for ulike sosiale samanhengar og drøfte korleis mat er med på å skape identitet 13.skape og prøve ut nye retter ut frå ulike råvarer, matlagingsmetodar og matkulturar	Teoriboka		
	2	<u>30 min prøve</u>	1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat 6. vurdere og velje matvarer på ein mangfaldig varemarknad når ein planlegg innkjøp 9.vurdere og velje varer ut frå etiske	Teoriboka Kokeboka mi	Teoriprøve - observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på	

		<u>Lapper / sveler s.75</u> <u>Tilslørte bondepiker s.93</u>	og berekraftige kriterium 10.planleggje og gjennomføre måltid i samband med høgtider eller fest og ha ei vertskapsrolle 11.lage mat for ulike sosiale samanhengar og drøfte korleis mat er med på å skape identitet 13.skape og prøve ut nye retter ut frå ulike råvarer, matlagingsmetodar og matkulturar		kjøkkenet	
	3	<u>Fiskegratteng s. 93, kokte poteter og revet gulrot</u> <u>Smeltet smør</u>	10.planleggje og gjennomføre måltid 1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat	Kokeboka mi	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	
	4	<u>Lakseburger s. 73</u> <u>Grove burgerbrød s. 73</u> <u>Aioli s 73</u>	10.planleggje og gjennomføre måltid 1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat	Kokeboka mi	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	
	5	<u>Fastelavensboller og muffins</u> <u>Egne oppskrifter</u>	10.planleggje og gjennomføre måltid 1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat 11.lage mat for ulike sosiale samanhengar og drøfte korleis mat er med på å skape identitet	Kokeboka mi	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	
Februar	6	<u>Granola med gresk yoghurt</u> Margits oppskrift <u>Leksjon 11</u> Korn er basismat				

	<u>Praktisk oppgave:</u> Sukkerinnhold i 4 ulike frokostblandinger				
7	<u>Finnbiff og potetmos s. 120</u> <u>Trollkrem s. 119</u>	10.planleggje og gjennomføre måltid 1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat 11.lage mat for ulike sosiale samanhengar og drøfte korleis mat er med på å skape identitet	Kokeboka mi	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	
8	Vinterferie				
9	<u>Teoriøkt</u> Leksjon 17,18,20 Mat fra landbruket Fiskerinasjon Norge Mat og minoriteter	1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat, og forklare kva for næringsstoff matvarene inneheld 2.samanlikne måltid ein sjølv lagar, med kostråda frå helsestyresmaktene 3.bruke digitale verktøy til å vurdere energi- og næringsinnhald i mat og drikke, og gjere seg nytte av resultatane når ein lagar mat 4.informere andre om korleis matvanar kan påverke sjukdommar som heng saman med livsstil og kosthald 6. vurdere og velje matvarer på ein mangfaldig varemarknad når ein planlegg innkjøp 10.planleggje og gjennomføre måltid 11.lage mat for ulike sosiale samanhengar og drøfte korleis mat er med på å skape identitet	Teoriboka	Logg, egenvurdering	

			<p>12.gi døme på korleis kjøkkenreiskapar, tillagingsmåtar eller matvanar har endra seg over tid eller flytta seg geografisk, og forklare korleis det har verka inn på livet til folk</p> <p>13. skape og prøve ut nye retter ut frå ulike råvarer, matlagingsmetodar og matkulturar</p>			
Ma rs	10	<p><u>30 min prøve</u></p> <p><u>Chilenske kyllingspyd med tilbehør s. 125</u></p>	<p>1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat, og forklare kva for næringsstoff matvarene inneheld</p> <p>2.samanlikne måltid ein sjølv lagar, med kostråda frå helsestyresmaktene</p> <p>3.bruke digitale verktøy til å vurdere energi- og næringsinnhald i mat og drikke, og gjere seg nytte av resultatane når ein lagar mat</p> <p>4.informere andre om korleis matvanar kan påverke sjukdommar som heng saman med livsstil og kosthald</p> <p>6. vurdere og velje matvarer på ein mangfaldig varemarknad når ein planlegg innkjøp</p> <p>10.planleggje og gjennomføre måltid</p> <p>11.lage mat for ulike sosiale samanhengar og drøfte korleis mat er med på å skape identitet</p> <p>12.gi døme på korleis kjøkkenreiskapar, tillagingsmåtar eller matvanar har endra seg over tid eller flytta seg geografisk, og forklare</p>	<p>Teoriboka</p> <p>Kokeboka mi</p>	<p>Teoriprøve</p> <p>- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet</p> <p>- gruppene vurderer hverandre</p>	

			korleis det har verka inn på livet til folk 13. skape og prøve ut nye retter ut frå ulike råvarer, matlagingsmetodar og matkulturar			
11	<u>Chili con carne s. 124</u> <u>Grove horn s. 64</u>		10.planleggje og gjennomføre måltid 1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat 13. skape og prøve ut nye retter ut frå ulike råvarer, matlagingsmetodar og matkulturar	Kokeboka mi	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	
12	Mystery Basket Varm lunsjrett og gjærbakst		10.planleggje og gjennomføre måltid 1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat 13. skape og prøve ut nye retter ut frå ulike råvarer, matlagingsmetodar og matkulturar	Kokebok for alle	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet Gruppekarakter	
13			PÅSKEFERIE			

	14	<p>Film :</p> <p>Supersize me</p> <p>Lekse:</p> <p>Refleksjoner vedr film/kosthold</p>			- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	
Ap ril	15	<p>Havets skatteboks:</p> <p>Fiskepakke egenkomponert</p> <p>Pasta eller ris etter valg</p> <p>Forberede vertskapsrolle, leksjon 15</p>				
	16	<p>Vertskap</p> <p>Brimis</p> <p>fiskesuppe</p> <p>Røros flatbrød</p> <p>Smoothie</p> <p>Leksjon 15</p>	<p>1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat, og forklare kva for næringsstoff matvarene inneheld</p> <p>2.samanlikne måltid ein sjølv lagar, med kostråda frå helsestyresmaktene</p> <p>3.bruke digitale verktøy til å vurdere energi- og næringsinnhald i mat og drikke, og gjere seg nytte av resultatane når ein lagar mat</p>	Teoriboka		

		Invitere lærere og administrasjon	<p>4.informere andre om korleis matvanar kan påverke sjukdommar som heng saman med livsstil og kosthald</p> <p>5.vurdere kosthaldsinformasjon og reklame i media</p> <p>6. vurdere og velje matvarer på ein mangfaldig varemarknad når ein planlegg innkjøp</p> <p>7.drøfte korleis ulike marknadsføringsmetodar kan påverke vala av matvarer som forbrukarane gjer</p> <p>8.utvikle, produsere, gje produktinformasjon og reklamere for eit produkt</p> <p>9.vurdere og velje varer ut frå etiske og berekraftige kriterium</p> <p>10.planleggje og gjennomføre måltid</p>			
Ap ril	17	<p><u>Egenvurdering</u></p> <p><u>Festkaker</u> <u>Gulrotkake s. 17</u> <u>Eplekake s. 33</u> <u>Rullekake. s 50</u> <u>Pavlova s. 134</u> <u>Påskekake s. 143</u> <u>Bløtkake s. 156</u> <u>Sjokoladecake s. 158</u></p>	<p>1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat, og forklare kva for næringsstoff matvarene inneheld</p> <p>2.samanlikne måltid ein sjølv lagar, med kostråda frå helsestyresmaktene</p> <p>3.bruke digitale verktøy til å vurdere energi- og næringsinnhald i mat og drikke, og gjere seg nytte av resultatane når ein lagar mat</p> <p>4.informere andre om korleis matvanar kan påverke sjukdommar som heng saman med livsstil og kosthald</p> <p>5.vurdere kosthaldsinformasjon og reklame i media</p> <p>6. vurdere og velje matvarer på ein</p>	Kokeboka mi	<p>Logg med egenvurdering</p> <p>- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid</p>	

			<p>mangfaldig varemarknad når ein planlegg innkjøp</p> <p>7.drøfte korleis ulike marknadsføringsmetodar kan påverke vala av matvarer som forbrukarane gjer</p> <p>8.utvikle, produsere, gje produktinformasjon og reklamere for eit produkt</p> <p>9.vurdere og velje varer ut frå etiske og berekraftige kriterium</p> <p>10.planleggje og gjennomføre måltid</p>			
	18	<p><u>Svinekjøtt sweet and sour s. 132</u></p> <p><u>Grove scones</u></p>	<p>10.planleggje og gjennomføre måltid</p> <p>1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat</p>	Kokeboka mi	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	
Ma	19	<p><u>"Rocka mat"</u></p> <p>Wraps</p> <p><u>Sjokolade-</u></p> <p><u>fondant s. 59</u></p>	<p>10.planleggje og gjennomføre måltid</p> <p>1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat</p>	Kokeboka mi	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	
i	20	<p><u>Kylling og couscoussalat s. 136</u></p>	<p>10.planleggje og gjennomføre måltid</p> <p>1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat</p>	Kokeboka mi	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	

	21	PRYO				
	22	<p>Åpent tema Utekjøkken? Foliestekt banan s. 149 Grillspyd s. 155</p>	<p>1.planleggje og lage trygg og ernæringsmessig god mat</p> <p>10.planleggje og gjennomføre måltid i samband med høgtider eller fest og ha ei vertskapsrolle</p> <p>11.lage mat for ulike sosiale samanhengar og drøfte korleis mat er med på å skape identitet</p>	Kokeboka mi	- observasjon og individuell tilbakemelding av praktisk arbeid på kjøkkenet	
Ju ni	23	Vask og rydd				
	24	Vask og rydd	1.planleggje og (lage) trygg og ernæringsmessig god mat	Instruks' og plan fra faglærer	- observasjon og individuell tilbakemelding	
	25	Avslutning av året	1.planleggje og (lage) trygg og ernæringsmessig god mat	Instruks' og plan fra faglærer	- observasjon og individuell tilbakemelding	