



# Grundlæggende ernæring og sundhed

## Kort fortalt

Du kan tilberede og anrette enkle, sunde måltider ud fra viden om forekomsten af energigivende stoffer, vitaminer og mineraler i fødevarer. Du kan endvidere give forslag til sunde kostvaner jf. sundhedsmyndighedernes anbefalinger for normalkost.

## Fag: Grundlæggende ernæring og sundhed

|                                  |                                            |
|----------------------------------|--------------------------------------------|
| <b>Fagnummer:</b><br>48785       | <b>Varighed</b><br>5 dage                  |
| <b>AMU-pris:</b><br>DKK 1.040,00 | <b>Uden for målgruppe:</b><br>DKK 3.666,50 |

**Målgruppe:** Produktionsmedarbejdere, som arbejder med professionel forplejning på offentlige og private køkkener.

**Beskrivelse:** Du kan:

Tilberede og anrette enkle, sunde måltider ud fra viden om forekomsten af energigivende stoffer, vitaminer og mineraler i fødevarer.

Ud fra viden om madens optagelse og funktion i kroppen samt viden om fysisk aktivitet og sundhed give forslag til sunde kostvaner jf. sundhedsmyndighedernes anbefalinger for normalkost.

## Kontakt

ZBC  
55788888

## Kursuspris

**AMU-målgruppe:**  
DKK 1.040,00

**Ikke AMU-målgruppe, fremmøde:**  
DKK 3.666,50

## Tilmelding

