

Måned	Klasse trin	Valg fag	Forløb	Antal lektioner	Materialer (bøger el. hæfter)	Film	Opskrifter	Gode råd	Læringsmål	Kompetenceområder og -mål	Områder	Færdigheds- og vidensmål	Faser
Februar	4./5./6./7.	Ja	Kød	Hygiejne									
				Teorilektioner: 2-4	GoCook 100 % din ret - bogen til madkundskab Hold køkken og hænder rene s. 6 Opvask og oprydning s. 7 Køkken-work-out s. 8 Bordskraldespand s. 8 Kød og hygiejne s. 91 Hvordan opbevarer du kød og indmad? s. 92	Vride karklud og gøre bordet rent Vaske hænder Vaske op Skridsikkert skærebræt Bordskraldespand		Anvend årstiden frugt og grønt, og køb råvare efter sæson. Mad der er mærket med "sidste anvendelse dato" er oftest kød - både fersk kød og kødpålæg.	Eleven kan efter forløbet hygiejnereglerne i madkundskab slokalet. Eleven kan efter forløbet anvende måleenhederne i madkundskab slokalet.	Mad & Sundhed - Eleven kan træffe begrundede madvalg i forhold til sundhed.	Hygiejne	Eleven kan anvende almindelige hygiejneprincipper i madlavning.	1
	Praksislektioner: 2-4			Chili con carne Frikadeller	Opskrifter der er linket til svarer til normale portioner. En opskrift til 4 personer kan derfor godt deles i 8 små portioner.		Eleven har viden om hygiejne-, opbevarings og konserveringsprincipper.						
	4./5./6./7.	Ja		Kød	Næringsstoffer								
Teorilektioner: 2-4			GoCook 100 % din ret - bogen til madkundskab Synligt og skjult fedt s. 98 Se efter nøglehullet s. 13 Fødevarer indeholder energi s. 14 Hvor får du din energi fra? s. 14 Protein s. 15 Vitaminer s. 16 Mineraler s. 17				Eleven kan fortælle om næringsstoffer. Eleven har lært om nøglehulsmærket, og ved hvad det står for.	Fødevarebevidsthed - Eleven kan træffe begrundede madvalg i forhold til kvalitet, smag og bæredygtighed	Råvarekendskab	Eleven kan tage hensyn til råvares fysisk-kemiske egenskaber.	2		
Praksislektioner: 2-4		Krydder-bøffer med nuddelsalat Bøf-sandwich Brødmuffins	Opskrifter der er linket til svarer til normale portioner. En opskrift til 4 personer kan derfor godt deles i			Eleven har viden om råvaregrupperes fysisk-kemiske egenskaber.							

					8 små portioner.					
4./5./6./7.	Ja	Grundsmage								
Teorielektioner: 1-2	GoCook 100 % din ret - bogen til madkundskab Hvad smager maden egentlig af? s.19 De 5 grundsmage s.19 Smag din mad til s.20 Hvordan spiser du kød og indmad? s.92					Eleven kan bruge de fem grundsmage i madlavningen.	Fødevarerbevidsthed - Eleven kan træffe begrundede madvalg i forhold til kvalitet, smag og bæredygtighed	Råvarekundskab	Eleven kan redegøre for almindelige råvares smag og anvendelse.	
						Eleven kan smage sin Spaghetti med kødsovs til.			Eleven har viden om råvaregrupperes smag og anvendelse.	
Praksislektioner: 1-2				Spaghetti med kødsovs	Opskrifter der er linket til svarer til normale portioner. En opskrift til 4 personer kan derfor godt deles i 8 små portioner.					
4./5./6./7.	Ja	Klima								
Teorielektioner: 1-2	GoCook-Klima-Cool i køkkenet Umami - Smagen af kød s.8 CO2 - for meget af det gode s.19-20 Madens klima-aftryk s.21 Hvorfor er kød skidt for klimaet? s.21 Kan vi undvære kød? s.24 Undgå madspild s.34-35					Dette forløb indeholder lidt læsestof, skab en dialog med eleverne om klimavenlig mad.	Eleven har lært om klima-aftryk og kan fortælle om det.	Fødevarerbevidsthed - Eleven kan træffe begrundede madvalg i forhold til kvalitet, smag og bæredygtighed	Råvarekundskab	Eleven kan redegøre for almindelige råvares smag og anvendelse.
						Hav fokus på hvordan man kan erstatte kød i forskellige retter.				Eleven har viden om råvaregrupperes smag og anvendelse.
Praksislektioner: 2-4				Danske skate sliders Lasagne med bønner	Opskrifter der er linket til svarer til normale portioner. En opskrift til 4 personer kan derfor godt deles i 8 små portioner.					