

MUNKANAPLÓ

2024-1-HU01-KA121-VET-000203267

A 2025. március 9.-március 29. közötti
szlovén szakmai gyakorlatról

Szakács

A tanuló neve: Lestyák Georgina

A szakma megnevezése: Vendétéri Szaktechnikus

A szakmai gyakorlat helye: Shambala restaurant

Címe: Krizhevnishka ulica 12, Ljubljana 1000 Szlovénia

Fő tevékenysége: Konyhai kisegítő

A szakmai vezető(k)/mentor neve: Florijan Virant

Kísérő tanárok: Görgey Melinda, Imre Éva, Szrenka Szilvia, Demes-Kenéz Ildikó

Szemponatok a munkanapló vezetéséhez

- Milyen konkrét szakmai munkát végeztél?
- Milyen új szakkifejezést tanultál?
- Mi volt az újdonság számodra?
- Milyen munkaeszközöket használtál, kezeltél, ismertél meg?
- Milyen új szavakat ismertél meg?
- Milyen nehézségeid adódtak?
- Kértél-e, kaptál-e segítséget a feladatok végrehajtásához?

Dátum	Elvégzett feladatok, megtanult új ismeretek	Megismert szavak, új kifejezések
2025.03.09	Az első napom nagyon jó volt. Gyönyörű épületeket és szobrokat láttam. Elsőre a közlekedés sokkal rugalmasabb, mint Magyarország nagyvárosaiban. Például a buszokon kártyákkal közlekedtünk, amik úgy funkcionálnak mint, Magyarországon egy bérlet. Ez nagyon megkönnyíti az utazást. Az utcák mindenhol fénysorokkal és díszes lámpával voltak kivilágítva. Sokkal több embert láttam az utcán sétálni este, mint Magyarországon. Ma este egy étteremben vacsoráztunk, ahol nagyon jó volt a hangulat.	<i>Fry-zsírban sült</i> <i>Saute-Kisüt</i> <i>Drain-leszűr</i> <i>Stir-kever</i> <i>Roast-süt</i>
2025.03.10	A mai napon megnéztük a munkahelyünket. Egy gyönyörű macskaköves utcában helyezkedik el. Az étterem neve Shambala és 3 Michelin csillagot nyert 2022,2023 és 2024-ben. Az étterem díszlete is érdekes. Tudni kell, hogy ez az étterem egy Ázsiai ételekre orientálódó vendéglátó és a díszletek is erre mutatnak rá például, ázsiai őslakos maszkok és tárgyak vannak elhelyezve különböző helyeken. Nagyon kedvesen fogadtak minket. A főnökünkkel, Florijannal angolul kommunikáltunk. Körbevezetett minket, megmutatta a helyiségeket és a munkatársakkal is találkoztunk. Az éttermen belül az asztalok előre meg voltak terítve, hogy a vendégek tiszta és szépen feldíszített asztalhoz üljenek le. Az étlapon nagyon ízletes ételek sorakoztak, vannak levesek, tészták, sült ételek és desszertek is. Mint például Tofu leves, Pad-Thai tészta, és házi készítésű fagylaltok. Az árak egy Michelin csillagos étteremhez megfelelőek.	<i>Grill-grillez,</i> <i>Boil-roston süt</i> <i>slice-szeletel</i> <i>pour-megfordít</i> <i>stir-kever</i> <i>fold-összehajt</i>
2025.03.11	Ma a munkahelyen kávéval kínáltak, és még nem főztünk viszont kisebb kiegészítő munkákat végeztünk el. Én mangót pucoltam, és gyalultam le majd, brokkolit szedtem rózsáira majd felszeleteltem, aztán hagymát tisztítottam. A munkánk végeztével kaptunk ebédet. A konyhai segítőnkkel angolul kommunikáltunk és tanultam új angol kifejezéseket is, amik majd hasznosak lesznek később. A munkaruháinkat saját szekrényben tárolhatjuk. A munkatársak nagyon kedvesek és közvetlenek. A reggelit magunknak készítettük el.	<i>freezer-fagyasztó</i> <i>kettle-vízforraló</i> <i>corkscrew-dugóhúzó</i> <i>oven cloth-konyharuha</i> <i>rolling pin-sodrófa</i>
2025.03.12	A munkahelyen, a mai napon édesburgonyát pucoltam és gyalultam le burgonyacsipsznek, amit például steak húshoz tálalnak fel. Aztán mosogattam és gőzöltem az elmosott evőeszközöket és tányérokat. Megtanultam használni a gőzölő gépet, és a konyhán belül már tudom hova kell pakolni a konyhai eszközöket. A főnök nagyon elégedett volt velem, egyre többet kommunikálok a	<i>chopsticks-evőpálcika</i> <i>roll-papírtörő</i> <i>prepare-előkészítés</i> <i>melt-olvaszt</i> <i>layer-rétegez</i>

	munkatársaimmal. A kisegítőnk kevésbé tudott angolul ezért sokszor segítettem neki megtalálni a megfelelő szavakat tárgyakra és ételekre.	
2025.03.13	A mai napon a munkahelyen sok mindent egyedül végeztem el. Először is zöldségeket hámoztam és szeleteltem fel apró darabokra, ezen a konyhán nagyon sok zöldséget használnak. Aztán a szemetet szelektáltam és vittem a szelektív tárolókba, itt nagyon fontos a szelektív hulladékkezelés. Ezután a konyhai eszközöket pakoltam a helyükre, a mentorom sokat segített az elnevezésük megtanulásában is. A mai napon megmutatták nekünk a város fő nevezetességeit. Elmentünk a Szlovéniai parlament mellett, ami a köztársasági téren helyezkedik el ott kiáltották ki 1991-ben a köztársaságot. Felismertük a parlament előtt lévő országok zászlóit. Láttuk a Ljubljana Egyetemet. Megmutatták nekünk a főváros legnagyobb felhőkarcolóját, ami 13 emeletes.	dip-márt toast-pírít peel-hámoz cut-vág spread-megken chilly-csípős
2025.03.14	A mai napon délelőtt kezdtem a munkahelyemen. Ma megtanultam hogyan kell a legkönnyebben csirkemellet tisztítani és felszeletelni. Amikor végeztem a hússzeleteléssel akkor levittem a szelektív hulladékot a kijelölt helyére. A munkatársaim nagyon nyitottak és kedvesek. Van egy férfi munkatársam, aki nem tud angolul, de próbálkozik. Egyre többet beszélek én is és sokkal szabadabban kérdezek és kommunikálok a munkatársaimmal. Leginkább a mentorom az, akire számíthatok.	scramble-habar serve-felszolgál grate-reszel coat-paníroz knead-gyúr
2025.03.15	A mai napon, 4 órás sétát tettünk Ljubljánán belül, sok szuveníres boltot megnéztünk és megmutattak nekünk egy nagyon érdekes automatát, amiből tejet lehet venni, és áthaladtunk egy nagy piacon, ahol friss zöldségeket és ruhadarabokat is árultak. Aztán egy magánbusszal elutaztunk a Bledi tóhoz, ahol megnéztük a Bledi várat, amin belül nagyon sok érdekes dolgot láthattunk. A Bledi várból tisztán láthattuk az úgy nevezett Bled-Islandot, ami egy kis sziget a tó közepén, oda hajóval lehet eljutni. Utána a Bledi tó partján elsétáltunk megkóstolni a híres Bledi krémes süteményt, majd elmentünk ebédelni és nagyon sok érdekes dolgot láttunk útközben, mint például nagy hegyeket. Nagyon sokat tanultam ma Szlovénia történetéről.	cleaver-bárd can opener-konzervnyitó whisk-habverő wooden spoon-fakanál scale-mérleg
2025.03.16	A mai napon egy kicsit a házimunkával kellett foglalkoznunk. De mivel szép idő volt, elmentünk egy kis sétára a városba. Ilyenkor vasárnap nincsenek nyitva üzletek, az emberek főleg az éttermekben ülnek és ebédelnek, ha jó az idő akkor a kinti nyitott részeken ülnek. Nálunk ez nem ilyen elterjedt, főleg, ahol én lakom.	tap-csap sink-mosogató mop-felmosó bucket-vödör colander-szűrőedény

	Ez nekem nagyon tetszik. Mindenki mosolyog és vidám, jó ezt látni. A város teli volt emberekkel, mindenki örült, hogy hétvége van, mi is. Jó volt kicsit kikapcsolódni.	
2025.03.17	Elsajátítottam a páraelszívó zsírfelfogójának a leszerelését és tisztítását. A zsírfelfogókat leszedtem, majd leöblítettem és zsíroldóval alaposan átmostam, ezután ráhelyeztem őket egy száraz kendőre száradni. Ezután, elmosogattam az összegyűlt evőeszközöket és táányérokat, közben folyamatosan pakoltam be az elmosott edényeket a gőzölő gépbe, majd helyre raktam. Nagyon meglepett, hogy az evőeszközöket teljesen külön helyen mossák el és gőzölik ki, mint a táányérokat és az edényeket. Mikor elvégeztem ezeket a feladatokat, levittem a kartonokat és a műanyag hulladékot a kijelölt kukákba, mivel nagyon sok volt és egyedül vittem eléggé nehéz volt, szóval sokat küszködtem, míg leértem a kukákig. A mai napon elsajátítottam a vákuumozó gép használatát. A már bepácolt csirkemelleket kimérve bele pakoltam egy vákuum tasakba és levákumoztam. Ezeket a húsokat később a Teriyaki nevű ételhez használják fel, amit zöldséggel és tésztával tálalnak. Mikor levákumoztam az összes húst, beraktam a hűtőkamrába, új feladatot kaptam. A legutolsó feladat, amit elvégeztem az a gyömbér pucolás és aprítás volt. Úgy érzem, ma jobban ment az kommunikáció, önállóan oldottam meg a feladatokat.	<i>poach-buggyant</i> <i>bladder-hólyag</i> <i>fast food-gyors étterem</i> <i>squid-tintahal</i> <i>cod-tőkehal</i>
2025.03.18	Megtanultam hogyan kell a legkönnyebben répát tisztítani. Megértettem a segítőmet, ahogy bemutatja és magyarázza a technikai menetet. Ezután édesburgonyát pucoltam, amit utána elraktároztunk, ehhez a munkafolyamathoz kiválasztottam a megfelelő kést, ellenőriztem, hogy alaposan el van e mosva, hogy ne vigyek semmilyen szennyeződést az édesburgonyára. Levittem a műanyag szemetet, illetve, a papírhulladékot a megfelelő kukába. Mikor visszamentem, elmosogattam, amit találtam majd a főnök segítségével kivittem a komposztot az étterem hátsó kertjébe.	<i>crayfish-rák</i> <i>shrimp-garnéla</i> <i>cheese plate-sajttál</i> <i>paté-pástétom</i> <i>stuffed-töltött</i>
2025.03.19	A munkába a szokásos időpontban érkeztem, reggel 10 órára. Az első feladatom a batáta felszeletelése volt, a mentor angolul többször is elmagyarázta a vágás folyamatát, megfigyeltem a lépéseket, de ennek ellenére is elrontottam majd korrigáltam a saját hibámat. Később répát szeleteltem és vákuumoztam. A mentor ellenőrizte a munkát és elégedett volt. A megmaradt édesburgonyákat felszeleteltem kisebb kockákra, vágtam mellé kisebb répákat ezeket összekevertem majd hűtőbe tettem. Ezt később párolt és sült zöldséggént tálalják majd. Felsértette a kezemet a munkaeszköz hosszantartó használata, mert	<i>Bring us-hozzon nekünk</i> <i>cracked-törött</i> <i>gorgeous-nagyszerű</i> <i>order-rendel</i> <i>recommend-ajánlani</i>

	rossz volt a késnek a markolata. Később a hús vákumozás feladatát kaptam, ellenőriztem, hogy jól helyezkedik-e el a vákumzacskóban a hús, figyelmesen átnéztem majd a a vákumgépbe helyeztem és levákumoztam. A mentor leellenőrizte a munkámat és elégedett volt. Ezután levittem a műanyag, illetve a papír hulladékot a megfelelő kukába. A munkám végeztével elköszöntem a mentortól, elmondta másnap mikor kell jönnöm.	
2025.03.20	A mai napom rutinosan indult, 10-re mentem munkába. Az első munkafolyamatom a gyömbér pucolása majd a szeletelése volt. Ezután papaját hámoztam, majd kiszedtem a magvúakat, utána legyalultam és beáztattam. Majd a felszeletelt, letompított édesburgonyát vákumoztam, dátumoztam és elraktároztam. Ezután levittem a műanyag- illetve papírhulladékot az arra kijelölt kukába. Ezután elmosogattam az edényeket és az evőeszközöket. Gőzölőbe raktam ezeket is. Ezeket a munkafolyamatokat teljesen önállóan is el tudom már végezni.	attention-figyelem book-foglal reserved-foglalt occassion-alkalom organizer-rendező
2025.03.21	A mai napon 10-re mentem dolgozni. Miután átöltöztem, cukkinit gyalultam. Később kóstolókanalakban táltam hínárt, illetve rozében marinált kacsamellet. Miután ezekkel végeztem, bulgurt pucoltam, majd vágtam fel és tompítottam, amit utána levákumoztam. Később levittem az összegyűlt műanyag- és papírhulladékot a kijelölt kukába. A vacsora után meglátogattunk egy gasztrofesztivált, sokféle ételt lehetett vásárolni. Nagyon érdekes volt, hogy kis bódékban milyen sokféle ételt készítettek el, különböző országok konyhái képviseltették magukat.	feast-ünnep celebration-ünneplés stew pot-bogrács platter-tál fruit bowl-kompótostálka
2025.03.22	A mai napon meglátogattunk egy cseppkőbarlangot, ami Európának az egyik legnagyobb cseppkőbarlangja. A hossza 3 km és 900 lépcsőfok van benne. Egy túravezető vezetett végig minket a barlangon. A kijárat felé pedig 100 lépcsőfokot másztunk meg eléggé fárasztó volt, de megérte. Utána ellátogattunk Piranba, Szlovénia tengerpartjára, ahonnan tisztán át lehetett látni Horvátországba, és Olaszországba is. Az idegenvezetőnk rengeteg érdekes dolgot mesélt, nagyon jó volt hallgatni és megérteni az angolt. Nagyon büszke voltam magamra. Ez a kirándulás nagyon tetszett, Szlovénia bár kicsi ország, de nagyon szép és különleges helyei vannak.	cave-barlang shore-part border-határ stairs-lépcsők exhausting-fárasztó
2025.03.23	A mai napon ellátogattam egy szuvenír boltba, ahol rengeteg érdekes dolgot lehetett vásárolni. Minden a szlovén jelképekről szól. Sok sárkányos ajándéktárgy is van. Majd átmentem egy cukrászdába, ahol gyönyörű díszítéssel ellátott süteményeket kóstoltam. A kinézete, de még az íze is meglepően finom volt. Jó volt ma egy kicsit sétálni a városban, mert nem esett az eső. Holnap kezdődik	bottle opener-sörnyitó fridge magnet-hűtőmágnes decanter-kancsó ladle-merőkanál table flag-asztali zászló

	az utolsó munkahetünk, kíváncsian várom, hogy mit fogok még tanulni.	
2025.03.24	Miután átöltöztem, cukkinit gyalultam, majd kóstolókanalakra tálaltam hínárt és konfitált kacsamellet. Később marinált húst vákumoztam, majd répát pucoltam, és végül evőeszközöket törölgettem szárazra. Ezeknél a feladatoknál a mentorom már sokszor magamra hagy, nekem kell megoldani az adódó problémákat. Szeretem ezeket a feladatokat, mert már magabiztosan tudom elvégezni őket.	<i>be in charge of-felelős experience-tapasztalat flexible-rugalmas made of-készül charge for-felszámol</i>
2025.03.25	A mai napon, a munkahelyen mosogattam és marinált marhahúst vákumoztam. A tegnapi megpucolt répát felvágtam, majd eltároltam. Ezután édesburgonyát pucoltam majd raktam el. Miután ezekkel végeztem, levittem a műanyag- és a papírszemetet a kijelölt kukába. Ma sokat lehettem a séf közelében, aki bár sokat dolgozik, mégis szeret magyarázni. Minden munkafolyamatát figyeltem, és kérdeztem is őt, és nagyon jó érzés volt, hogy mindent megértettem.	<i>uneatable-ehetetlen be on a diet-diétázik for sure-biztosan excellent-kiváló regret-sajnál</i>
2025.03.26	A mai napon délre mentem dolgozni. Az első munkafolyamatom a répahámozás volt. Édesburgonyát vágtam, majd pucoltam egy másfajta ételhez, amit még nem készítettem. De ma részt vehettem a készítésében. A mentorom segítségével, de néha önállóan is dolgozhattam. A tálalás után jó érzés volt az ételt kiadni. Remélem, egyedül is elkészíthetem majd. A mentorom megdicsért, hogy milyen jó segítsége voltam.	<i>taste-kóstol tasty-ízletes delicious-ízletes pleasant-kellemes portion-adag</i>
2025.03.27	A mai napon délre mentem dolgozni. Az első munkafolyamatom az a volt, hogy kóstolókanalakra tálaltam hínárt, rozé kacsamellet, illetve szeletelt epret. Ezek előételek, ezért nagyon fontos, hogy ízlésesen és étvágygerjesztően nézzenek ki. Igyekeztem szépen elrendezni a kanalakon az adagokat. Utána cukkinit gyalultam, majd tároltam el. A gyalunál kicsit óvatosabban dolgoztam, mert nem akartam balesetet. Szerintem néha nem baj, ha kicsit óvatosabbak vagyunk.	<i>napkin ring-szalvétagyűrű scoop-merőkanál vinegar-ecet tureen-levesestál tray-tálca</i>
2025.03.28	A mai napon, 10-re mentem dolgozni. Az első munkafolyamatom az a hínár tálalása volt kóstolókanalakra, a tetejére rozé kacsamellet tettem, illetve szeletelt epret. Úgy gondolom, tetszett a mentoromnak, hogy tegnap olyan gondosan dolgoztam ezzel. Következő feladatként lemostam a páraelszívót. Utána marhahúst vákumoztam majd eltároltam. Az utolsó feladatom a halfilézés volt. Fájó szívvel búcsúztam el a munkahelyen, mert nagyon jó három hetem volt itt. Mindenkitől elköszöntem és megköszöntem a sok segítséget, amit kaptam.	<i>fennel-édeskömény chives-metélőhagyma truffle-szarvasgomba courgette-cukkini caper-kapribogyó</i>

2025.03.29	A mai nap reggel azzal telt, hogy a maradék holmimat elpakoltam majd elindultunk a buszmegállóba és egy kis várakozás után a busszal elmentünk a flixbuszunkhoz amivel elutaztunk Budapestre, ahol egy kis busszal vártak minket és Balassagyarmatra vittek. Ez az utazás más volt, mint mikor jöttünk. Élményekkel és új barátokkal gazdagodtunk, önállóbbak lettünk, magabiztosabbak. Sokat köszönhetünk a kísérőtanárainknak, akik mindig ott voltak, ha valamiben elakadtunk. Nagyon jól tettem, hogy jelentkeztem a programra, mert alig várom, hogy amit kint megtanultam itthon is alkalmazhassam.	<i>improve-fejlődni</i> <i>profession-foglalkozás</i> <i>satisfied -elégedett</i> <i>possibility-lehetőség</i> <i>cosy-kényelmes</i>
------------	--	---