

Rodzaje śniadań



Obsługa konsumenta w hotelarstwie część 1, J.Duda, S.Krzywda, rea 2007, s. 103
Obsługa konsumenta część 1, R.Jargoń, WSiP 2000, s.248-258
Poradnik kelnera, H.Leitner, WSiP 1993, s. 68-87
Obsługa gości część 1, R.Szajna, D.Ławniczak, A.Ziaja, rea 2010, s. 174-181

Śniadanie – posiłek spożywany w godzinach porannych. W zależności od tradycji narodowej składa się z różnych potraw – od lekkich i prostych do bardziej sycących i skomplikowanych.

W Polsce śniadanie składa się najczęściej z ciepłego napoju (herbaty lub kawy), kanapek lub np. zupy mlecznej. Typowo poranną potrawą jest też jajecznica. W wyniku wzorowania się na kulturze zachodniej, zmieniają się także nawyki żywieniowe Polaków.

Śniadanie na Zachodzie to często porcja płatków zbożowych z mlekiem, do tego grzanki z dżemem, sok i kawa.

W restauracjach i hotelach zwykle ma się do wyboru śniadanie kontynentalne lub śniadanie angielskie.

Pora spożywania śniadania jest uzależniona od stylu życia i obowiązków. Najczęściej jada się je krótko po przebudzeniu i przed wyjściem do pracy czy szkoły – więc w Polsce dość wcześnie rano (większość osób rozpoczyna pracę o 8⁰⁰). Tak wczesna pora śniadania spowodowała konieczność jedzenia w godzinach pracy tzw. "drugiego śniadania" ok. 10 rano – posiłek ten nie ma odpowiednika w innych kulturach. W krajach zachodnich, gdzie pracę rozpoczyna się o 9⁰⁰, śniadanie jada się później, a ok. 12⁰⁰-13⁰⁰ spożywa się lunch.

Śniadanie jest uważane przez dietetyków za posiłek najważniejszy dla zdrowia i właściwego funkcjonowania organizmu – ma dostarczać energii, co po nocnej przerwie jest bardzo istotne.

Chińskie przysłowie, na poparcie tej tezy, mówi:

Śniadanie zjedz sam, obiadem podziel się z przyjacielem, a kolację oddaj wrogowi.

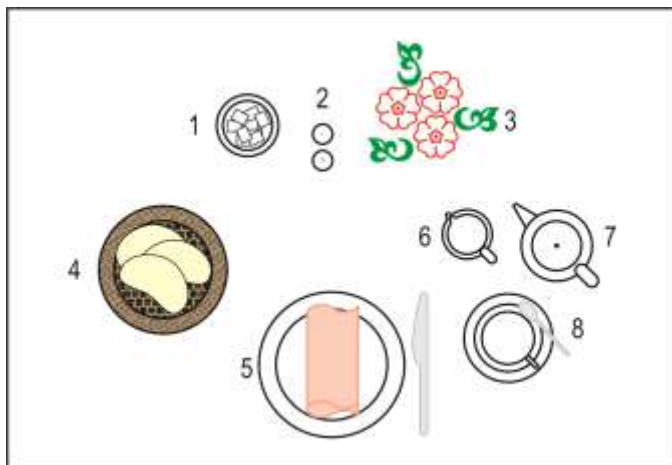
Rodzaje śniadań:

- *proste – kontynentalne, francuskie,*
- *rozszerzone – wiedeńskie,*
- *okolicznościowe – wiedeńskie wzmocnione,*
- *angielskie – breakfast, brunch,*
- *typu angielskiego – lunch,*
- *śniadanie amerykańskie,*
- *śniadania o charakterze narodowym, regionalnym – np.: myśliwskie, góralskie, włoskie,*
- *śniadania specjalne,*

Śniadanie proste – kontynentalne, francuskie

W jego skład wchodzi:

- gorący napój śniadaniowy – kawa, herbata, czekolada, kakao lub mleko,
- pieczywo – najczęściej bułeczka drożdżowa, croissant, tosty lub pieczywo jasne i ciemne,
- masło lub serek do smarowania,
- dodatki – dżem, miód, konfitura.



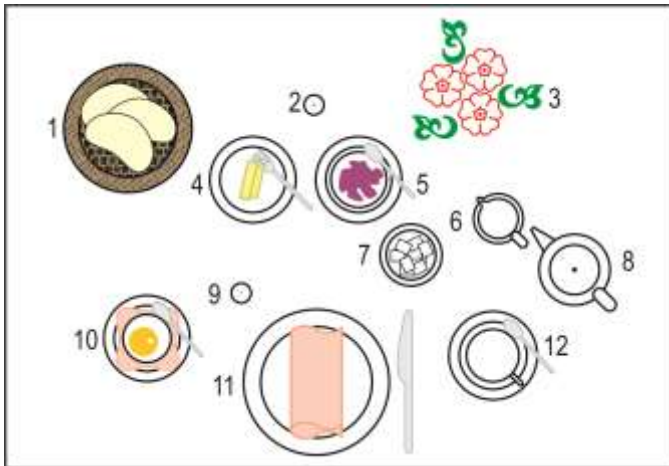
1. Cukier serwowany w cukiernicy lub porcjach jednoporcjowych, biały lub brązowy;
2. Menaż z przyprawami, głównie sól i pieprz;
3. Dekoracja kwiatowa –kwiaty zawsze muszą być świeże;
4. Koszyk lub talerzyk z pieczywem;
5. Talerzyk śniadaniowy z serwetką i nożem;
6. Dzbanuszek z mleczkiem lub śmietanką do kawy;
7. Dzbanek z gorącym napojem śniadaniowym np.: kawą, herbatą;
8. Filiżanka ze spodkiem i łyżeczką (wielkość filiżanki powinna być dostosowana do napoju).

Sztućce, bielizna	Naczynia, sprzęt
<p>Sztućce:</p> <ul style="list-style-type: none">– nóż przystawkowy, średni,– łyżeczka do herbaty, kawy lub mokki,– ew. szczypcy do cukru w kostkach, <p>Bielizna:</p> <ul style="list-style-type: none">– podkład pod obrus (moletton, filc),– obrus (biały lub kolorowy),– płócienna serwetka indywidualna,– płócienna serwetka do okrycia pieczywa	<p>Naczynia:</p> <ul style="list-style-type: none">– talerzyk śniadaniowy,– dzbanek i dzbanuszek do serwisu napoju,– filiżanka ze spodkiem,– miseczka do dżemu lub miodu, <p>Sprzęt:</p> <ul style="list-style-type: none">– taca do serwisu,– menaż,– wazonik do kwiatów

Śniadanie wiedeńskie - rozszerzone,

W jego skład wchodzi:

- gorący napój śniadaniowy – kawa ze śmietanką lub mlekiem,
- pieczywo pszenne jasne, rogaliki,
- masło lub serek do smarowania,
- dodatki – dżem, miód, konfitura,
- jajko po wiedeńsku – gotowane w szklance np. z dodatkiem szynki.



1. Koszyk lub talerzyk z pieczywem;
2. Przyprawy – pieprz;
3. Dekoracja kwiatowa – kwiaty zawsze muszą być świeże;
4. Spodek na masło z widelczykiem;
5. Spodek i miseczka z łyżeczką na dżem;
6. Dzbanuszek ze śmietanką;
7. Cukier biały lub brązowy;
8. Dzbanek z kawą;

9. Przyprawy – sól do jajka;

10. Jajko po wiedeńsku – gotowane w szklance, serwowane w szklance na spodku z serwetką i łyżeczką;

11. Talerzyk śniadaniowy z serwetką i nożem;

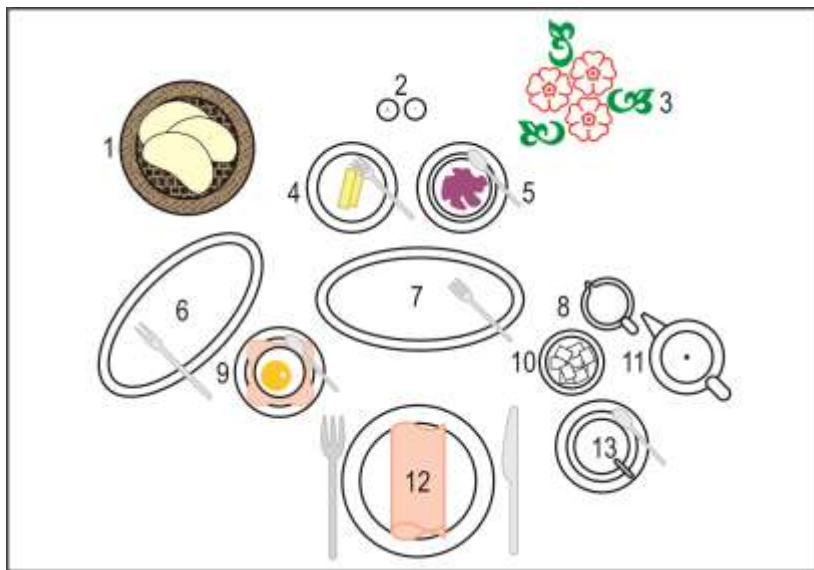
12. Filiżanka z łyżeczką do kawy podana ze spodkiem.

Sztućce, bielizna	Naczynia, sprzęt
<p>Sztućce:</p> <ul style="list-style-type: none">– nóż przystawkowy, średni,– łyżeczka do kawy,– ew. szczyptce do cukru w kostkach,– łyżeczka do jajka i dżemu,– widelczyk do masła, <p>Bielizna:</p> <ul style="list-style-type: none">– podkład pod obrus (moletton, filc),– obrus (biały lub kolorowy),– płócienna serwetka indywidualna,– płócienna serwetka do okrycia pieczywa,– mała serwetka pod szklankę z jajkiem	<p>Naczynia:</p> <ul style="list-style-type: none">– talerzyk śniadaniowy,– dzbanek i dzbanuszek do serwisu kawy,– filiżanka ze spodkiem,– miseczka do dżemu,– spodek na masło,– szklanka i spodek do jajka, <p>Sprzęt:</p> <ul style="list-style-type: none">– taca do serwisu,– mенаż,– wazonik do kwiatów

Śniadanie wiedeńskie wzmocnione – okolicznościowe

W jego skład wchodzi:

- gorący napój śniadaniowy – kawa ze śmietanką lub mlekiem rzadziej herbata, czekolada, kakao,
- pieczywo – chleb jasny, tosty,
- jajko po wiedeńsku,
- dodatki – dżem, miód, konfitura, masło lub serek do smarowania,
- wędliny i sery twarde.



1. Koszyk lub talerzyk z pieczywem;
2. Menaż z przyprawami;
3. Dekoracja kwiatowa;
4. Spodek z widelczykiem do masła;
5. Miseczka z łyżeczką do dżemu;
6. Półmisek z serem twardym;
7. Półmisek z wędlinami;
8. Dzbanuszek ze śmietanką;
9. Jajko po wiedeńsku w szklance;
10. Cukier biały lub brązowy;
11. Dzbanek z gorącym napojem;

12. Talerzyk śniadaniowy ze sztućcami przystawkowymi;

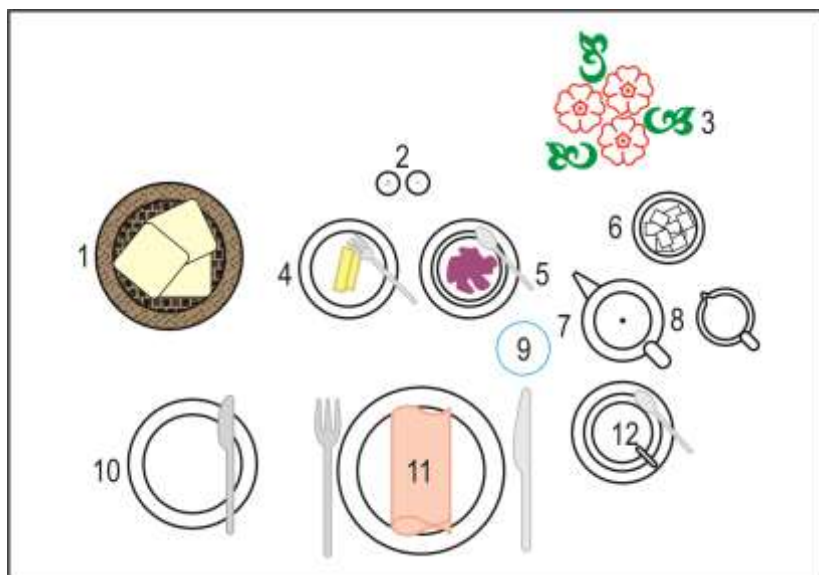
13. Filiżanka ze spodkiem i łyżeczką (wielkość filiżanki powinna być dostosowana do napoju).

Sztućce, bielizna	Naczynia, sprzęt
<p>Sztućce:</p> <ul style="list-style-type: none"> – nóż i widelec przystawkowe, średnie, – łyżeczka do kawy lub herbaty, – ew. szczyptce do cukru w kostkach, – łyżeczka do jajka i dżemu, – widelczyk do masła, <p>Bielizna:</p> <ul style="list-style-type: none"> – podkład pod obrus (moletton, filc), – obrus (biały lub kolorowy), – płócienna serwetka indywidualna, – płócienna serwetka do okrycia pieczywa, – mała serwetka pod szklankę z jajkiem 	<p>Naczynia:</p> <ul style="list-style-type: none"> – talerzyk śniadaniowy, – dzbanek i dzbanuszek do serwisu kawy, – filiżanka ze spodkiem, – miseczka do dżemu, – spodek na masło, – szklanka i spodek do jajka, – półmiski, <p>Sprzęt:</p> <ul style="list-style-type: none"> – taca do serwisu, – menaż, – wazonik do kwiatów

Śniadanie angielskie (breakfast, brunch)

W jego skład wchodzi:

- świeży sok owocowy (cytrusowe), warzywny lub kompot,
- zupa mleczna na ciepło lub na zimno – najczęściej owsianka czasem musli zalane mlekiem,
- potrawa z ryb na zimno lub na gorąco – ryby wędzone, smażone, z grilla,
- potrawa z jajek – sadzone na bekonie, jaja gotowane,
- potrawa mączna – naleśniki z dodatkami np.: cukrem i cytryną,
- dodatki – mało, dżem lub miód,
- smażone dodatki: kielbaski, black pudding, white pudding, kielbaski, pomidory, pieczarki,
- fasola w sosie pomidorowym,
- pieczywo – tostowe, grzanki, jasne lub ciemne np.: soda bread,
- napój gorący – herbata z mlekiem rzadko kawa.



1. Koszyk lub talerz na tosty;
2. Menaż z przyprawami;
3. Dekoracja kwiatowa;
4. Spodek z widelczykiem do masła;
5. Miseczka z łyżeczką na dżem;
6. Cukiernica;
7. Dzbanek z gorącym napojem;
8. Dzbanuszek do mleka;
9. Szkló do wody lub soku;
10. Talerzyk z nożem do smarowania pieczywa;

11. Talerzyk śniadaniowy ze sztućcami przystawkowymi;

12. Filiżanka ze spodkiem i łyżeczką (wielkość filiżanki powinna być dostosowana do napoju).

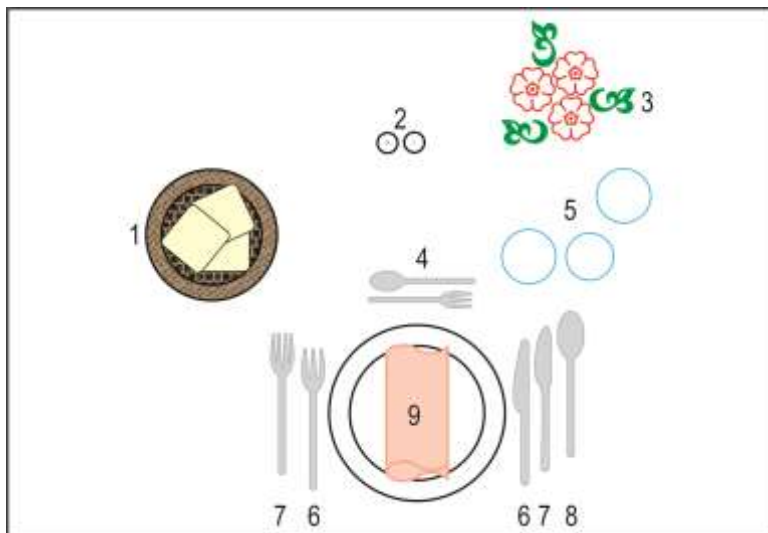
Sztućce, bielizna	Naczynia, sprzęt
<p>Sztućce:</p> <ul style="list-style-type: none">– nóż i widelec przystawkowe, średnie,– łyżeczka do kawy lub herbaty,– ew. szczypsc do cukru w kostkach,– nóż do masła,– widelczyk do masła, <p>Bielizna:</p> <ul style="list-style-type: none">– podkład pod obrus (moletton, filc),– obrus (biały lub kolorowy),– płócienna serwetka indywidualna,– płócienna serwetka do okrycia pieczywa	<p>Naczynia:</p> <ul style="list-style-type: none">– talerzyk śniadaniowy,– talerzyk deserowy do pieczywa,– dzbanek i dzbanuszek do serwisu kawy,– filiżanka ze spodkiem,– miseczka do dżemu,– spodek na masło,– szklanka do wody (goblet), <p>Sprzęt:</p> <ul style="list-style-type: none">– taca do serwisu,– menaż,– wazonik do kwiatów

Śniadanie typu angielskiego (lunch)

Posiłek podawany zwykle między godzinami 12⁰⁰-15⁰⁰

W jego skład wchodzi:

- przekąski – sałaty, wędliny, potrawy w formie koktajli,
- danie główne – rybne, mięsne, drobiowe lub wegetariańskie,
- danie jajeczne lub mączne,
- deser – ciasta, musy, puddingi, galaretki itp.,
- sery – zwykle w formie deski serów.



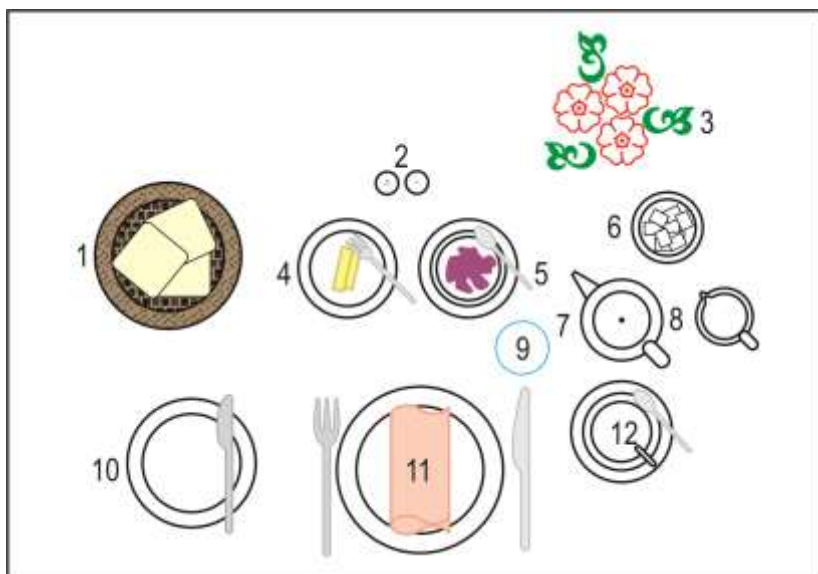
1. Koszyk lub talerzyk z pieczywem;
2. Menaż z przyprawami;
3. Dekoracja ze świeżych kwiatów;
4. Sztućce deserowe (łyżeczka i widelczyk);
5. Szkoło do napojów (kieliszki do wina, goblet do wody);
6. Sztućce do dania zasadniczego;
7. Sztućce do ryb;
8. Łyżka do zupy;
9. Talerz płaski obiadowy z serwetką

Sztućce, bielizna	Naczynia, sprzęt
<p>Sztućce:</p> <ul style="list-style-type: none">– nóż i widelec do dania zasadniczego,– nóż i widelec do ryb,– łyżka stołowa do zup,– nożyk i widelczyk do deserów,– łyżeczka do kawy lub herbaty, <p>Bielizna:</p> <ul style="list-style-type: none">– podkład pod obrus (moletton, filc),– obrus (biały lub kolorowy),– płócienna serwetka indywidualna,– płócienna serwetka do okrycia pieczywa	<p>Naczynia:</p> <ul style="list-style-type: none">– talerz płaski obiadowy,– talerzyk lub koszyk do pieczywa,– kieliszek do wina białego,– kieliszek do wina czerwonego,– szkło do wody (goblet), <p>Sprzęt:</p> <ul style="list-style-type: none">– taca do serwisu,– menaż,– wazonik do kwiatów

Śniadanie amerykańskie,

W jego skład wchodzi:

- świeży sok owocowy (cytrusowe), warzywny, woda z kostkami lodu,
- jajka: sadzone na bekonie, na miękko lub twardo, jajecznicza, jajka w koszulkach,
- mięso: kielbaski, kawałki wieprzowiny, szynka, hamburger, siekana wołowina,
- ziemniaki pokrojone w kostkę, talarki lub starte na grubej tarce, smażone,
- pieczywo: tosty jasne i ciemne, bajgle lub muffiny, czasem french toast,
- dodatkowo: naleśniki z sosem klonowym lub wafle,
- napój gorący – kawa w stylu amerykańskim, mleko czekoladowe.



1. Koszyk lub talerz na tosty;
2. Menaż z przyprawami;
3. Dekoracja kwiatowa;
4. Spodek z widelczykiem do masła;
5. Miseczka z łyżeczką na dżem;
6. Cukiernica;
7. Dzbanek z gorącym napojem;
8. Dzbanuszek do mleka;
9. Szklanka do wody lub soku;
10. Talerzyk z nożem do smarowania pieczywa;

11. Talerzyk śniadaniowy ze sztućcami przystawkowymi;

12. Filiżanka ze spodkiem i łyżeczką (wielkość filiżanki powinna być dostosowana do napoju).

Sztućce, bielizna	Naczynia, sprzęt
<p>Sztućce:</p> <ul style="list-style-type: none">– nóż i widelec przystawkowe, średnie,– łyżeczka do kawy lub herbaty,– ew. szczyptce do cukru w kostkach,– nóż do masła,– widelczyk do masła, <p>Bielizna:</p> <ul style="list-style-type: none">– podkład pod obrus (moletton, filc),– obrus (biały lub kolorowy),– płócienna serwetka indywidualna,– płócienna serwetka do okrycia pieczywa	<p>Naczynia:</p> <ul style="list-style-type: none">– talerzyk śniadaniowy,– talerzyk deserowy do pieczywa,– dzbanek i dzbanuszek do serwisu kawy,– filiżanka ze spodkiem,– miseczka do dżemu,– spodek na masło,– szklanka do wody (goblet), <p>Sprzęt:</p> <ul style="list-style-type: none">– taca do serwisu,– menaż,– wazonik do kwiatów

Śniadanie myśliwskie (regionalne)

Śniadania narodowe i regionalne charakteryzują przyzwyczajenia i tradycje żywieniowe mieszkańców danego kraju regionu czy też grupy kulturowo wyodrębnionej.

W jego skład wchodzi:

- bigos myśliwski serwowany na gorąco, z kociołka ustawionego nad ogniskiem,
- pieczeń z sarny lub jelenia często serwowana z różną,
- kiełbaski pieczone nad paleniskiem (indywidualnie na kijach),
- pasztety z dziczyzny np. z zająca,
- dzikie ptactwo np.: przepiórki, bażant, kaczka,
- pieczywo – jasne i ciemne, podpłomyki, wypieki regionalne,
- marynaty – grzyby, ogórki,
- dodatki – chrzan, musztarda, ketchup,
- napoje zimne i gorące.

Organizuje się je w obiektach agroturystycznych, leśniczówkach np. na zakończenie polowań lub spotkań integracyjnych dla pracowników firm.

W czasie takiego śniadania może być podawany alkohol, zwłaszcza wódki np.: żubrówka, myśliwska, starka,

Sztućce, bielizna	Naczynia, sprzęt
<p>Sztućce:</p> <ul style="list-style-type: none">– nóż i widelec do dania zasadniczego,– łyżeczki do napojów, <p>Bielizna:</p> <ul style="list-style-type: none">– obrus – często kolorowy	<p>Naczynia:</p> <ul style="list-style-type: none">– talerz do dania zasadniczego, często zastępowany przez talerz metalowy,– miski do serwowania marynat i dodatków,– szkło do napojów zimnych,– kubki do napojów gorących,– kieliszki do wódki, <p>Sprzęt:</p> <ul style="list-style-type: none">– termosy z gorącymi napojami,– menaż

Obecnie często stosuje się naczynia jednorazowe, papierowe lub plastikowe, nie są one jednak estetyczną formą serwisu.

Przypomnienie zasad serwowania:

Kelner, układając naczynia na tacy, powinien ustawiać je w takiej kolejności, aby podczas podawania na stół nie musiał ich przekładać lub wybierać.

Podawanie potraw wyporcjowanych i napojów odbywa się z prawej strony.

Kelner powinien stawiać na stole najpierw te naczynia, które znajdują się najbardziej na lewo.

Potrawy gorące stawia się na stole bezpośrednio przed konsumentem.

Śniadania specjalne:

- **grab&run** - gościom, którzy nie mają rano czasu na skorzystanie z bufetu śniadaniowego w godz. 05:00-07:00 w hotelowym lobby oferowane są bezpłatne przekąski śniadaniowe np.: croissanty, owoce, tosty oraz kawę i herbatę.
- **breakfast box** – paczki śniadaniowe – przygotowywane na życzenie gości umożliwiają zabranie śniadania o nietypowej porze np. na wycieczkę, do samolotu, na stok narciarski. Zawierają zwykle kanapkę lub sandwicha, napój zimny, owoce i słodką przekąskę.
- **table d'hote** – stół gospodarza – menu dla wszystkich korzystających jednakowe, ustalone z góry elementy i cena,
- **a la carte** – najczęściej jako oferta dla *passantów i gości klientów usług hotelarskich*,

Zadanie praktyczne do wykonania samodzielnie (dokonaj losowania śniadania)

Wylosowane śniadanie:

Dokonaj nakrycia stolika zgodnie ze standardami obowiązującymi w lokalu gastronomicznym:

- ◆ Nakrycie białym obrusem;
- ◆ Rozłożenie napperonu;
- ◆ Umieszczenie menaża i dekoracji kwiatowej;
- ◆ Nakrycie sztucami średnimi;
- ◆ Na miejscu talerzyka ustaw serwetę złożoną w „rakiętę”;
- ◆ Wystaw szkło do wody.

Na stoliku pomocniczym przygotuj zastawę niezbędną do zaserwowania śniadania zgodnie z otrzymaną specyfikacją. Wybierz tacę i odpowiednio nakryj ją serwetką. Układając naczynia na tacy, ustaw je w takiej kolejności, aby podczas podawania na stół nie musieć ich przekładać lub wybierać.

Podawanie potraw wyporcjowanych i napojów odbywa się z prawej strony konsumenta. Kelner powinien stawiać na stole najpierw te naczynia, które znajdują się najbardziej na lewo, tj. dżem, miód, masło, wędliny, sery, na końcu napój do sporządzenia. Naczynia powinny być ustawione na tacy z prawej strony. Potrawy gorące ustawia się na stole przed konsumentem.

Zgodnie ze standardami obsługi gościa wykonaj prawidłowo wszystkie czynności niezbędne podczas przyjmowania zamówienia i nakrywania stołów do śniadania, zwróć uwagę na obsługę z lewej i prawej strony:

- Podejść do stolika, przyjmij zamówienie od konsumenta.
- Sprzątnij na tacę zbędne i uzupełnij brakujące elementy nakrycia.
- Talerzyk ustaw na stole naprzeciw konsumenta, w odległości 1 cm od brzegu, emblematem do konsumenta.
- Noże układa się ostrzem przy talerzu z prawej jego strony, prostopadle do krawędzi stołu.
- Z prawej strony noży, w odległości 1 cm ustawia się spodek pod filiżankę, który powinien tworzyć równą linię z talerzykiem śniadaniowym.
- Łyżeczkę do kawy lub herbaty układa się na spodeczku, ukośnie, trzonkiem w prawo; układając łyżeczkę należy pamiętać o tym, aby nie przeszkadzała ona przy ustawieniu filiżanki na spodku.
- Nad talerzykiem ustawia się przyprawy, musztardniczkę, cukiernicę, mały wazon z kwiatami oraz popielniczkę,

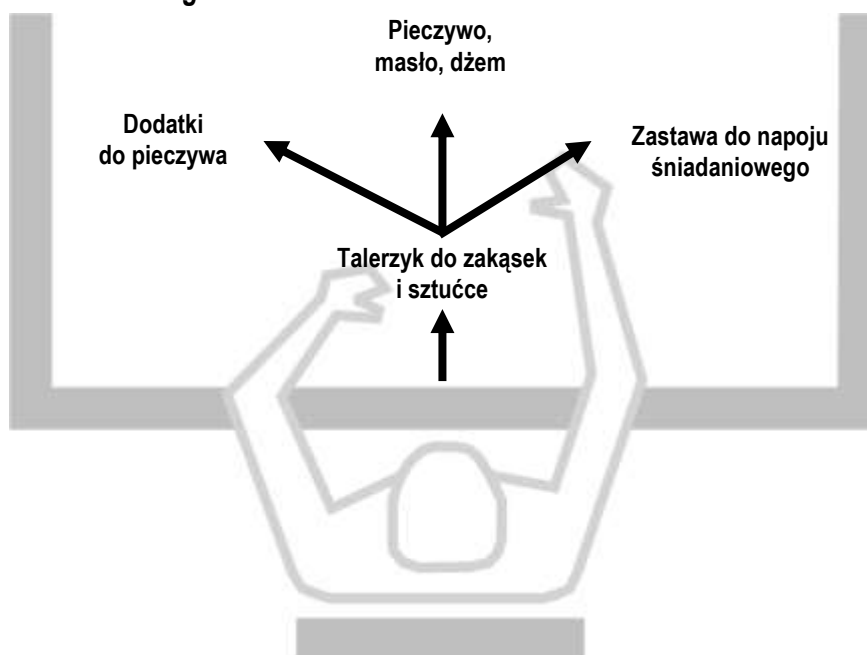
Jeżeli przewiduje się podanie jaj, wówczas nakrycie należy uzupełnić o:

- podstawki pod kieliszki do jaj, które ustawia się po lewej stronie talerzyka śniadaniowego, w odległości 2 cm od nich,
- łyżeczki do jaj ułożone na spodeczku, również trzonkiem w prawo.

Jeżeli w skład śniadania wchodzi wędliny i ser to wówczas:

- z lewej strony talerzyka śniadaniowego układa się widelec częścią wypukłą do stołu i nóż z prawej strony talerza,
- talerzyki, noże i widelce powinny być ułożone w jednakowej odległości od brzegu stołu (tj. 1-2 cm).

Schemat nakrycia śniadaniowego:



Wyposażenie potrzebne do nakrycia stołu do śniadania:

Naczynia	Sztućce	Pozostałe wyposażenie
Talerze płytkie duże	Noże i widelce do dania zasadniczego	Obrusy
Talerze głębokie do zupy mlecznej	Łyżki	Serwetki płócienne
Talerze śniadaniowe Ø 19 cm	Noże i widelce do przekąsek	Serwetki papierowe
Talerzyki małe Ø 17 cm	Łyżki średnie	Napperon
Filiżanki, podstawki pod filiżanki	Łyżki do kawy i herbaty	Przyprawy: pieprz, musztarda,
Szklanki, podstawki pod szklanki	Łyżeczki do jaj	cukier
Kieliszki do jajek		Popielniczki
Angielki do wody		Karty śniadaniowe