

Rodzaje śniadań

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.

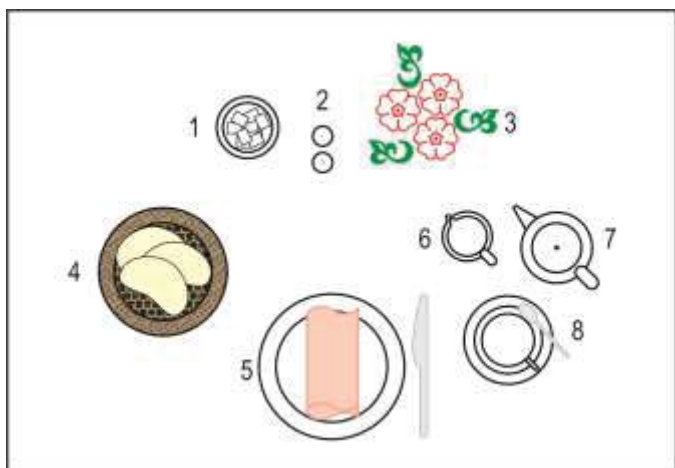
Rodzaje śniadań:

-
-
-
-
-
-

Śniadanie proste – kontynentalne,

Składa się z:

-
-
-
-



1.
2.
3.
4.
5.

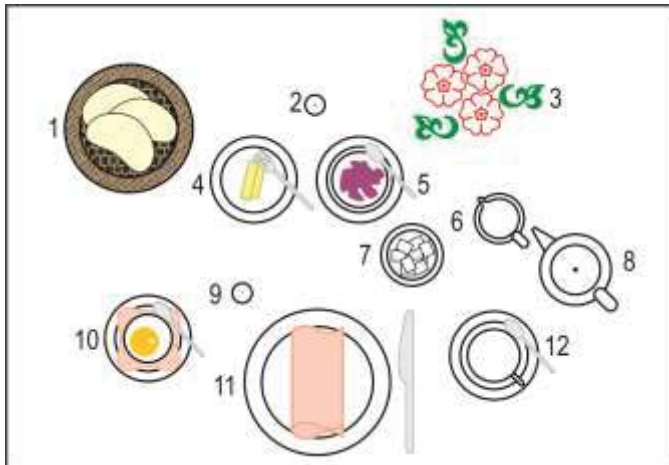
6.
7.
8.

Sztućce, bielizna	Naczynia, sprzęt

Śniadanie wiedeńskie

Składa się z:

-
-
-
-
-



1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.

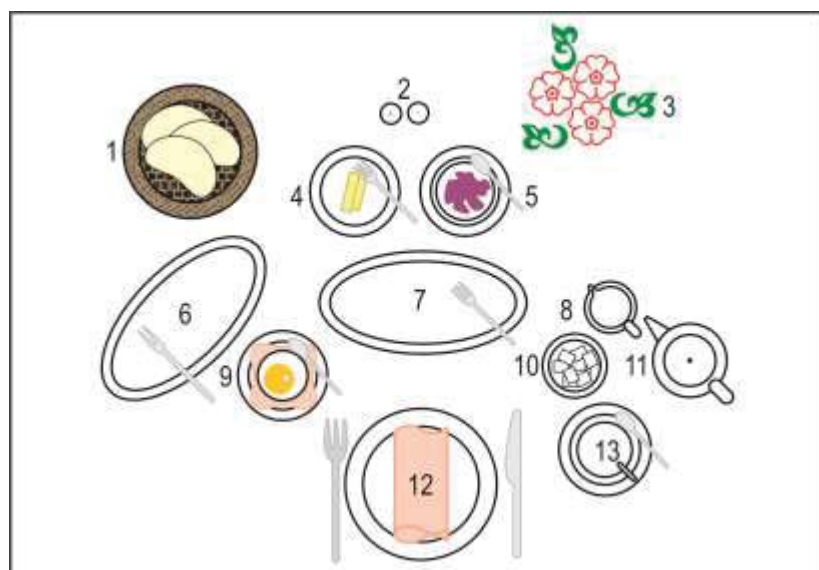
10.
11.
12.

Sztućce, bielizna	Naczynia, sprzęt

Śniadanie wiedeńskie wzmocnione -

Składa się z:

-
-
-
-
-



1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.

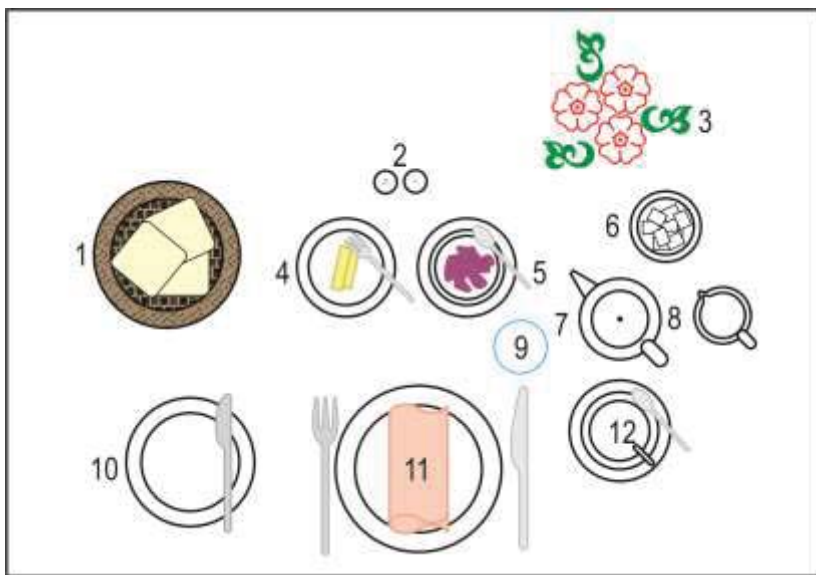
12.
13.

Sztućce, bielizna	Naczynia, sprzęt

Śniadanie angielskie (.....)

Składa się z:

-
-
-
-
-
-
-
-



1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.

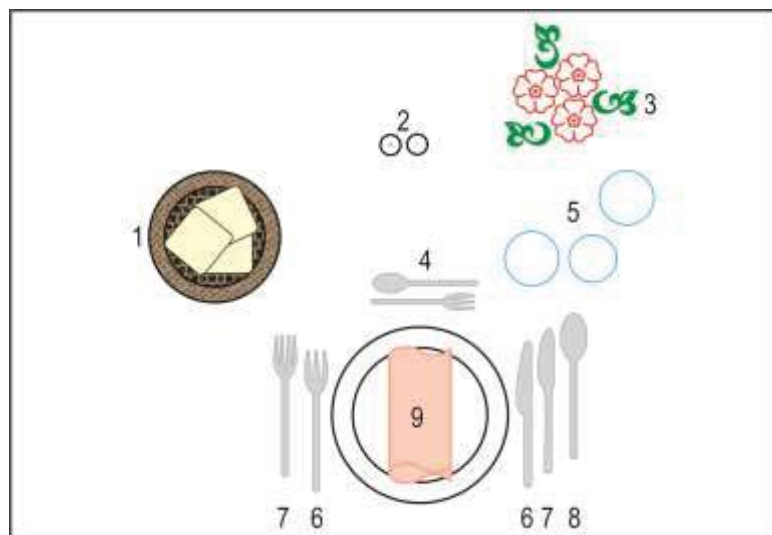
12.

Sztućce, bielizna	Naczynia, sprzęt

Śniadanie typu angielskiego (.....)

Składa się z:

-
-
-
-
-



1.
2.
3.
4.
5.

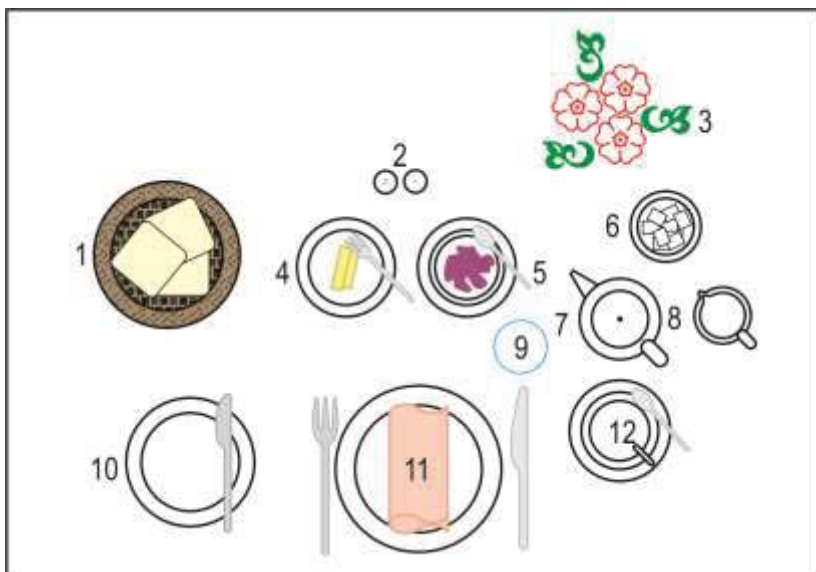
6.
7.
8.
9.

Sztućce, bielizna	Naczynia, sprzęt

Śniadanie amerykańskie,

Składa się z:

-
-
-
-
-
-
-
-



1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.

12.

Sztućce, bielizna	Naczynia, sprzęt

Śniadanie myśliwskie (regionalne)

Składa się z:

-
-
-
-
-
-

Organizuje się je

W czasie takiego śniadania może być podawany

np.:,,

Sztućce, bielizna	Naczynia, sprzęt

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 strony.

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

Potrawy gorące stawia się na stole

Śniadania specjalne

- -
.....
.....
.....
- -
.....
.....
.....
- -
.....
.....
.....
- -
.....
.....
.....

Zadanie kelnera podczas serwisu śniadania

Dokonaj nakrycia stolika zgodnie ze standardami obowiązującymi w lokalu gastronomicznym:

- ◆ Nakrycie białym obrusem;
- ◆ Rozłożenie napperonu;
- ◆ Umieszczenie menaża i dekoracji kwiatowej;
- ◆ Nakrycie sztućcami 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:

- ◆ Podejdź 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,

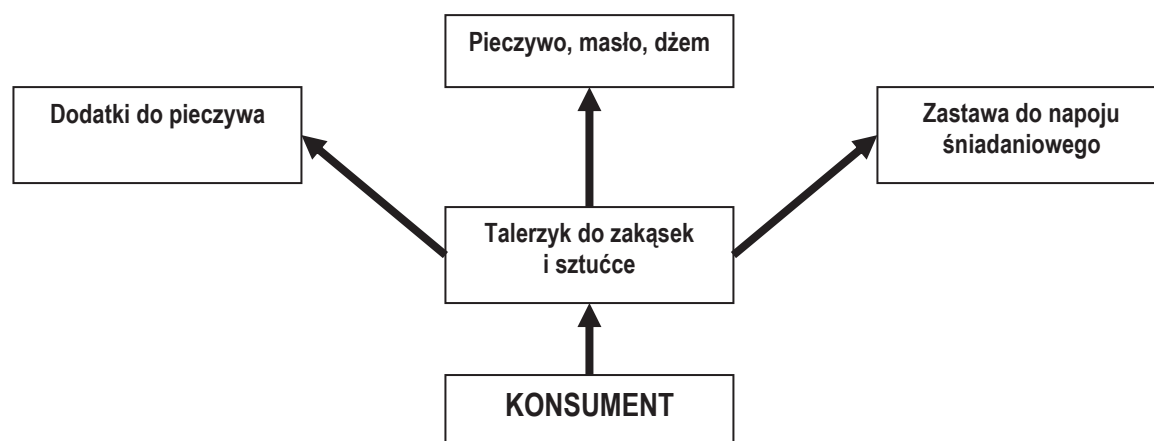
Jeżeli przewiduje się podanie jaj, wówczas nakrycie należy uzupełnić o:

- ◆ 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	Sztucce	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	
Szklanki, podstawki pod szklanki		
Kieliszki do jajek	Łyżeczki do jaj	Przyprawy: pieprz, musztarda, cukier
Angielki do wody		Popielniczki Karty śniadaniowe