

NM-Oppgave 2025

Programområde: Restaurant- og matfag

Fag: Ferskvarehandler



Fotograf: Lisbeth Røsholt

Innhold

Forord.....	3
Veiledning og instruks til utøvere	3
Forberedelsedelen	4
Følgende kriterier gjelder for oppgaven:.....	4
Gjennomføringsdelen/konkurransedagen	6
Tilgjengelige maskiner, materiell og utstyr.....	6
Utstyrsliste	7
Råvareliste.....	7
Kompetansemål som vektlegges:	9
Vurderingskriterier.....	10
Dommerskjema.....	12

Innledning

Skolekonkurranser skal bidra til å motivere gjennom mestring ved å tilby elevene praktiske og realistiske oppgaver. Disse oppgavene er spesielt utformet for å forberede dem på eksamen og gir en naturlig forlengelse av opplæringen innenfor restaurant- og matfag. Gjennom konkurransene får elevene muligheten til å praktisere ferdigheter, utvikle kreativitet og samarbeide i en realistisk kontekst som gjenspeiler arbeidslivet. Dette styrker både deres kunnskap og selvtillit, samtidig som det skaper en engasjerende læringsprosess.

Forord

Oppgaven er utformet som en praktisk individuell oppgave som er direkte knyttet til den tverrfaglige eksamenen. Utgangspunktet er de spesifikke læreplanmålene for Vg2, slik at oppgaven gir en realistisk og relevant utfordring for elevene.

Oppgaven er laget for å sikre likhet og rettferdighet for alle deltakere, uavhengig av bakgrunn. I dette oppgavesettet følger detaljerte kriterier som brukes som grunnlag for både forberedelse og gjennomføring av oppgaven, inkludert en råvareliste, utstysliste og vurderingskriterier. Dette sikrer en strukturert og objektiv vurdering av elevenes arbeid, og gir dem en tydelig forståelse av hva som forventes.

Veiledning og instruks til utøvere

Før arrangementet vil det bli sendt ut informasjon til utøverskolene med detaljer om:

- Sted og tidspunkt for åpningen av seremonien.
- Hvilken gruppe og tidspunkt du skal starte konkurransen.
- En obligatorisk HMS-gjennomgang av alt utstyr og lokaler, inkludert informasjon om rømningsveier m.m.
- En grundig gjennomgang av oppgaven for å sikre at deltakerne er trygge og har en klar forståelse av hva som skjer på konkurransedagen.

Kandidaten får 20 minutter til å gjennomgå sin matkasse, og har ansvar for den under hele konkurransen. I tillegg vil det være mulighet til å stille spørsmål for å avklare eventuelle uklarheter før oppgaven starter.

Forberedelsesdelen

Oppgaven går ut på å planlegge og gjennomføre en praktisk oppgave som innebærer følgende:

- Legge opp et bord med spiselige og trygge produkter som oppfyller kravene for sikkerhet og kvalitet.
- Filetere to (2) stk fisk, laks og sei. Fra fisken skal det produseres et farseprodukt til varmdisken samt én eller flere produkter av fiskefileten.
- Lammelåret skal skjæres ned til minst 3 spesialiteter, som kan inkludere både varme og kalde retter.
- Tilberede to valgfrie salater, hvorav én skal være majonesbasert.
- Alle produkter som produseres skal presenteres på en visuell og smaksmessig tilfredsstillende måte, og må oppfylle gjeldende standarder for kvalitet og mattrygghet.

Følgende kriterier gjelder for oppgaven:

- Produktene må være trygge, salgbare og presenteres på en forsvarlig måte for bedømming og utstilling.
- Produktene skal ha en effektiv og hensiktsmessig fremgangsmåte og være brukervennlige for både produksjon og konsum. (*Råvarene skal behandles på en måte som maksimerer utnyttelsen av ingrediensene, reduserer arbeidsmengden, og gir et sluttprodukt som er både smakfullt og presentabelt.*)
- Kandidatene har frihet til å bestemme utforming, størrelse, utseende, emballasje og merking av produktene.
- Arrangøren stiller med bord og hvite duker for presentasjon, mens deltakerne må selv sette opp bordene og plassere produktene på en stilfull og funksjonell måte.

Deltakerne er ansvarlige for å medbringe:

- Anretningsfat, emballasje, pynt osv. til anretning av produktene.
- Egne krydderblandinger og inntil 4 egenvalgte råvarer (ikke bearbejdede produkter), som må inkluderes i råvarelisten.

For å delta i konkurransen må det leveres én fil som inneholder:

- En beskrivelse av hvorfor valgte produkter ble valgt, inkludert en begrunnelse for valg av råvarer.
- Råvareliste med nøyaktige mengder for alle ingrediensene.
- Arbeidsplan og varedeklarasjoner for samtlige produkter.
- Flytskjema for ett utvalgt produkt som viser produksjonsprosessen.

Forberedelsesdelen med vedlegg sendes 2 uker før konkurransedagen til:

Hilde Hagen, Prosjektleder Skole-NM, Sandefjord videregående skole, e-post:

hilde.hagen@vestfoldfylke.no

Hun vil bekrefte mottatt e-post.

Gjennomføringsdelen/konkurransedagen

På konkurransedagen gjelder følgende kriterier:

- 15 minutter før konkurransen kan benyttes til å klargjøre egen arbeidsplass.
- Totalt 4 timer er avsatt til å fullføre oppgaven.
- Kandidatene skal lage og deklare alle produktene som er beskrevet i arbeidsplanen.
- Partering og skjæring skal utføres forsvarlig med tanke på HMS, inkludert bruk av verneutstyr.
- Produktene skal ha en rasjonell framstilling, hvor kandidatene selv bestemmer utforming, størrelse, emballasje og merking.
- Vasking og rydding inngår som en del av konkurransen.
- Produktene presenteres på eget bord for dommere og publikum, som deltakerne selv setter opp og presenterer. Arrangør stiller med bord og hvite duker for presentasjon.
- Dommerne kan kun stille avklarende spørsmål underveis i skolekonkurransen.
- Uniform: Deltakerne stiller i forskriftsmessig arbeidsantrekk som benyttes ved den enkelte skole.
- Dokumentasjon for vurdering kan være skriftlig, billedtaking, videoopptak, observasjon og oppklarende spørsmål. Dette vil danne grunnlaget for en helhetlig vurdering av deltagerens kompetanse og sluttprodukt.
- Vurderingen tar utgangspunkt i læreplan og omfatter både forarbeid og gjennomføringsdelen, basert på de definerte vurderingskriteriene.

Tilgjengelige maskiner, materiell og utstyr

Det forutsettes at konkurranseoppgaven kan gjennomføres med de maskinene, utstyret og materiellet som er spesifisert. Dersom det er behov for annet utstyr, må deltakerne selv ta med dette. Det forventes også at deltakerne har med **egne håndverktøy** som kniver, spesialutstyr osv. Alt eget utstyr må være tydelig merket.

Under hele konkurransen vil det være faglærere til stede som er godt kjent med både maskiner og utstyr, for å veilede og sikre riktig bruk av utstyret.

Dersom dere på forhånd har spørsmål om maskiner og utstyr kan disse rettes til Stig Sægrov, avdelingsleder Restaurant- og matfag, Sandefjord videregående skole, e-post: stig.segrov@vestfoldfylke.no

Utstyrliste

Utstyr	Kommentar
Kombidampere	
Hakker	
Kvern	
Kokeplater induksjon benkmodell	
Bakker og kasseroller (induksjon diverse)	
Vakuummaskin	
Mikser	
Div småutstyr	
Alt av spesialutstyr og håndverktøy (kniver ol.) må du selv ta med	

Råvareliste

Råvarer/ingredienser	Mengder med svinn	Merknader
Hovedråvarer:		
To (2) stk 1/1 sløyd fisk, laks og sei		
Lammelår med knoke		
Melkeprodukter:		
Fløte		
H-melk		
Meierismør/margarin		
Lettrømme		

Div. vanlige tørket krydder og salt (ikke safran etc)		Deltagere kan ha med eget krydder, marinader og krydderblandinger
Issalat, hjertesalat, ruccola og Crispy salat		
Hvetemel, Pankomel, Potetmel		
Nøtter: valnøtter, pinjekjerner		
Grønnsaker:		
Paprika gul og rød		
Chili rød og grønn		
Agurk		
Tomat: sherry-, soltørke-, klase		
Kapers og sylteagurk		
Løk: rød, kepa, sjarlott og hvitløk		
Frukt: epler, druer, granateple, mango, ananas og sitron		
Gulrot, hodekål, brokkoli, sellerirot, selleristang og potet		
Urter: Basilikum, timian, persille, dill og gressløk		
Oljer: raps-, oliven-, frityr		
Majones		
Egg		
1. Egne råvarer		
2. Egne råvarer		
3. Egne råvarer		
4. Egne råvarer		

Kompetansemål som vektlegges:

Råvare, produksjon, salg og service

- planlegge, produsere, dokumentere og vurdere produkt ut fra oppskrift, ønsket mengde, råvarevalg, produksjonsmetode og produktbeskrivelse
- praktisere personlig hygiene og følge retningslinjer for næringsmiddel- og produksjonshygiene og reflektere over konsekvenser av å bryte retningslinjene
- vurdere sluttproduktene ut fra produktbeskrivelser og reflektere over sensorisk og hygienisk kvalitet
- utnytte råvarenes produksjonsegenskaper og gjøre rede for hva som skjer med råvarene i en produksjonsprosess og under lagring og omsetning
- produsere og tilby mat og drikke ut fra norsk, samisk og internasjonal kultur og gjøre rede for hva som kan påvirke endringer i forbruksmønster og vareutvalg

Bransje og arbeidsliv

- vurdere sammenhengen mellom råvarevalg, produksjonsmetode, lagring, omsetning og bærekraftig produksjon
- gjøre bærekraftige og etiske valg ved innkjøp, produksjon og avfallshåndtering og reflektere over hvordan overskuddsvarer kan utnyttes
- registrere og beregne kostnader ved svinn, foreslå tiltak for å begrense svinn og drøfte hvilke konsekvenser svinnet har for virksomhetens økonomi

Vurderingskriterier

Følgende vil bli vektlagt ved bedømming/vurdering

Kriterier for vurdering:

- **Skriftlig dokumentasjon:**
 - Forklaring på hvorfor du valgte produktene
 - Arbeidsplan/varedeklarasjon på alle produktene
 - Råvareliste med angitte mengder for alle produktene.
 - Flytskjema for ett utvalgt produkt
- **Hygiene og sikkerhet:**
 - God hygiene, ryddighet og orden gjennom hele prosessen.
 - Overholdelse av HMS-regler.
- **Smak og anretning:**
 - Vurdering av smak og visuell presentasjon av rettene.
- **Råvarehåndtering:**
 - Effektiv behandling av råvarer med fokus på økonomi og redusert matsvinn.
- **Kreativitet og presentasjon:**
 - Kreativ bruk av råvarer og tydelig, gjennomtenkt presentasjon av rettene.
- **Kommunikasjon med dommere:**
 - Svar på oppklarende spørsmål fra dommerne underveis i konkurransen.

Laveste nivå:1-2 poeng	Mellomste nivå:3-4 poeng	Høyeste nivå:5-6 poeng
<p>Deltagerne har gjort en nokså god forberedelse som medfører oversikt.</p> <p>Møte i uniform.</p> <p>Vise til tilfredsstillende personlig, produksjons- og næringsmiddelhygiene under produksjon.</p> <p>Klargjøre og vise til forsvarlig renhold på sitt arbeidsområde.</p> <p>Deltageren får til å produsere trygge, merkede og salgbare produkter.</p> <p>Må kunne besvare oppklarende spørsmål fra dommerne.</p>	<p>Deltagerne har gjort en god forberedelse som medfører god oversikt og minimalt med svinn.</p> <p>Møte i korrekt, velstelt og ren uniform.</p> <p>Vise til god personlig hygiene, produksjons- og næringsmiddelhygiene og forsvarlig HMS under produksjon.</p> <p>Klargjøre og vise til god orden og renhold på ditt eget arbeidsområde.</p> <p>Deltageren viser en god arbeidsteknikk, produksjonsprosess og kreativitet samtidig som tidskjemaet overholdes.</p> <p>Produktseriene er like og produktene er estetisk presentert, korrekt merket, salgbare og av god kvalitet, og har en god smak</p> <p>Må kunne besvare oppklarende spørsmål fra dommerne med utfyllende svar.</p>	<p>Deltagerne har gjort en meget god forberedelse som medfører god oversikt og minimalt med svinn.</p> <p>Møte i korrekt, velstelt og ren uniform.</p> <p>Vise til meget god personlig hygiene, produksjons- og næringsmiddelhygiene og god HMS under produksjon.</p> <p>Klargjøre og vise til meget god orden og renhold på ditt eget arbeidsområde.</p> <p>Deltageren viser en meget god arbeidsteknikk, produksjonsprosess og kreativitet samtidig som tidskjemaet overholdes.</p> <p>Produktseriene er like og alle produktene er estetisk presentert, korrekt merket, salgbare og av meget god kvalitet, og har meget god smak.</p> <p>Må kunne besvare oppklarende spørsmål fra dommerne med utfyllende og reflekterende svar</p>

Dommerskjema

Navn på deltager:.....

Vurderingsskjema (Se grunnlag for vurdering på side 8)	Dommer 1	Dommer 2	Dommer 3
Arbeidsplan, flytskjema, merking (1-6 poeng)			
Personlig-, produksjons-, næringsmiddelhygiene og salgbarhet (mattrygghet) (1-10 poeng)			
Prosess, arbeidsteknikk, svinn, HMS og kreativitet (1-10 poeng)			
Utseende og kvalitet (1-10 poeng)			
Anretning og smak (1-10 poeng)			
Tidsbruk +5 min = 2 poeng trekk +10 min = 4 poeng trekk + 15 min = 6 poeng trekk			
Sum poengsum			
Total poengsum			