



Draaiboek voor koks



Taken van de kookploeg:

- Kampmenu opstellen
- Koken
- Refter klaarzetten (tafels dekken)
- Bediening tijdens de maaltijden
- Afwassen
- Boodschappen
- Verwennen vrijwilligers
- Onderhoud refter, keuken en sanitair
- Avondwaak

2) Extra info per taak

Kampmenu opstellen

In het begin van het kamp wordt er een kampmenu opgesteld, samen met de manus en de kampleiding. Per dag zijn er 5 eetmomenten (ontbijt, middagmaal, vieruurtje, avondmaal, slaapmutsmaaltijd).

Tips:

- Ga uit van de voorraden van de voedselbank of andere giften bij het opstellen van je menu. In het voorraadkot is er per kamp een stuk van het rek voorzien, waarop het eten staat dat je kan gebruiken tijdens je kamp.
- Tijdens de overlap van de kampen eten de vorige of de volgende kampploeg mee. Reken hen erbij bij de maaltijden.
- Verdeel maaltijden, rekening houdend met ingrediënten (niet 2 dagen pasta na elkaar, maar aan het begin en het einde van het kamp).
- Bekijk hoe lang je nodig hebt om een bepaalde maaltijd klaar te maken. Bekijk dan wanneer je deze maaltijd kan inplannen in de weekplanning ('s middags of 's avonds, na daguitstap, tijdens 2-daagse).
- Probeer 'restverwerking' in je menu in te bouwen. Spaghetti als middagmaal kan zorgen voor pastasalade als avondeten de dag erna.
- Denk aan de vegetariërs. Ook hen willen we laten genieten van een volwaardige maaltijd. Probeer dan ook steeds een waardige vervanger te zoeken voor vlees.
- Geef regelmatig fruit, eens als vieruurtje en eens als slaapmutsmaaltijd.
- Zorg bij de slaapmutsmaaltijd voor een dessertje met weinig suiker. We willen dit moment gebruiken om de jongeren rustig te maken voor het slapengaan.
- Check zeker of er jongeren of vrijwilligers zijn met allergieën.
- Varieer in ontbijt. Het moet niet elke dag een feestontbijt zijn. Sommige dagen sober, een keer speculaas, een keer chocoladebroodjes.
- 1 keer warm eten per dag is voldoende. De andere maaltijd kan je soep met brood geven, brood met groentjes, brood met een zelfgemaakt slaatje...
- Hou rekening met de vieruurtjes en de maaltijden tijdens daguitstappen en de tweedaagse.

- Koken

Doorheen de dag zijn er vijf maaltijden. De kookploeg is verantwoordelijk dat deze maaltijden tijdig klaar zijn.

Tips:

- Begin op tijd met de voorbereidingen. Je warmt je eten liever nog eens op dan dat je last-minute nog alles moet afwerken. Loopt er toch eens iets uit, laat het dan weten aan de kampleiding. Zij kunnen de planning dan aanpassen en de jongeren nog even entertainen.

- Refter klaarzetten (tafels dekken)

Voor elke maaltijd zet de kookploeg de refter klaar. De tafels worden door de kookploeg gedekt. Het eten staat nog niet op tafel. Dit wordt in kommen klaar gezet in de keuken.

Tips:

-Spreek met de kampleiding af hoe de tafels gedekt moeten worden. Deze afspraken verschillen soms per kamp.

- Bediening tijdens de maaltijden

Tijdens de maaltijden mogen de jongeren niet rechtstaan van hun stoel. Als ze nog extra eten of drinken willen, moeten ze dit vragen aan de kookploeg. Ze doen dit door hun hand op te steken of de schaal die bijgevuld moet worden. De kookploeg brengt dan wat ze nodig hebben. De jongeren wassen op het einde van de maaltijd hun borden, bestek en glazen af. De kookploeg brengt een afwasbakje en enkele handdoeken naar elke tafel.

Tips:

-Er houdt zeker altijd iemand de tafels in het oog.

-Zet op tijd de afwasbakjes en de handdoeken klaar in de keuken.

-De kampleiding geeft een teken wanneer het eten naar de tafels mag komen (zeggen smakelijk) of wanneer de afwasbakjes mogen gebracht worden.

-Het is handig als je op voorhand aan de verschillende tafels vertelt hoeveel ze mogen eten (bv. aantal stukken worst). Zo kunnen de monitoren hier rekening mee houden tijdens het verdelen van het eten en is er duidelijkheid voor de jongeren.

-Als er tijdens de maaltijd of op een ander moment iets stuk gaat (bv. een bord), noteert de kookploeg dit op een blad in de keuken. Zo weten we op het einde van de zomer wat er stuk is gegaan, zodat we dit kunnen terugbetalen aan het kamphuis.

- Afwassen

De jongeren wassen hun eigen spullen (borden, glazen, bestek, kleine kommen) af aan hun tafel. De grote potten, schalen, kookmaterialen... was je zelf af in de keuken.

- Boodschappen

De kookploeg zorgt ervoor dat alle ingrediënten die nodig zijn voor de maaltijden gehaald worden in de winkel. Dit betekent niet dat je zeker een rijbewijs of auto moet hebben, de manus kan dit ook doen in samenspraak met de keuken.

Tips:

- Bekijk voor hoeveel mensen je moet koken (vorige kampploeg, nieuwe kampploeg)
- Controleer of er nog voldoende drank aanwezig is in het monilokaal.
- Vraag bij de manus na of er nog iets moet meegebracht worden voor spelletjes.
- Sommige vrijwilligers kopen graag iets voor zichzelf of voor hun geheime vriendje. De kookploeg kan dit meebrengen.
- Houd je budget in het oog, zowel in de winkel als doorheen het kamp. Hou de rekeningetjes goed bij en geef ze aan de manus. Deze persoon kleeft ze in de kaft. Duid ook goed aan wat je voor vrijwilligers hebt meegebracht. Dit moeten ze aan AJOK terugbetalen.
- Check op welke dagen en tussen welke uren de winkels open zijn.
- Als je naar de winkel gaat, probeer dan eten mee te nemen voor verschillende dagen. Zo moet je hopelijk niet elke dag naar de winkel gaan.
- Als je ergens naartoe rijdt (de winkel, jongeren ophalen, ...) vul je telkens je rittenblad in. Zo kunnen we op het einde van het kamp berekenen hoeveel je gereden hebt en kan je een kilometervergoeding krijgen.

- Verwennen vrijwilligers

De kookploeg zorgt regelmatig voor het verwennen van de vrijwilligers. Dit gebeurt meestal na de avondvergadering. Dit kan op verschillende manieren: door iets lekkers van eten of drinken te voorzien, maar ook door een activiteit. Je kan zeker ideeën of hulp vragen aan de anderen (kampleiding, manus, verpleger).

- Onderhoud refter, keuken en sanitair

We vragen aan de keukenploeg of jullie de keuken en refter af en toe willen borstelen en eventueel dweilen zodat het daar tijdens het kamp proper blijft. Verder vragen we ook of jullie de toiletten en douches tijdens het kamp onderhouden. Af en toe controleren of alle toiletten nog proper zijn, of er voldoende toiletpapier is, eventueel de douches eens dweilen nadat de jongeren hier hebben gedoucht. Dit is in principe geen grote taak, zeker niet als het elke dag even gebeurt.

Tips:

-Wanneer je een volle vuilzak hebt, noteer je dit op een blad. Zo hebben we een overzicht van het aantal gebruikte vuilzakken en weten we hoeveel we moeten betalen.

- Avondwaak

Elke avond zorgen de monitoren en de kampleiding ervoor dat de jongeren rustig gaan slapen. Wanneer de meeste kamers stil zijn, blijven er nog enkele monitoren boven tot iedereen stil is. Als dit in orde is, gaan er een paar mensen van het ondersteunend team (verpleger en kookploeg) naar boven om de waak over te nemen. De monitoren, de manus en de kampleiding starten dan met de vergadering. Als de vergadering gedaan is, komen de monitoren die waak hadden je opnieuw aflossen.

Tips:

-Als er een probleem is, kom je iemand van de kampleiding roepen.

-Spreek op voorhand af wie de waak gaat doen. Zo kan je de shiften wat verdelen.

-De waak kan soms lang duren. Zorg dat je iets hebt om te doen tijdens de waak (bv lezen)

Nuttige adressen:

- ALDI
Rue de Rochefort 73-75, 5570 Beauraing
- Drankencentrale Brasserie Balleux
Rue de Rochefort 229, 5570 Beauraing
- Kantoorwinkel Buromat (afdrukken foto, inktpatronen)
Rue de Rochefort 72, 5570 Beauraing
- Action
Rue des Alouettes 1, 5500 Dinant

