



# Kok



Elsker du at lave mad? Som kok arbejder du med at sammensætte et måltid, som bliver en spændende oplevelse for kunden.

Trives du med at arbejde i et højt tempo i en branche med fuld drøn på, hvor der er brug for dig?

Under uddannelsen til kok får du en grundlæggende viden om sundhed, ernæring og madlavning.

[DU kan også tage uddannelse til kok med EUX](#)  
[Tag også uddannelsen til kok som onlineforløb](#)

## Kok - job og videreuddannelse

### Job:

Langt de fleste af de nyuddannede kokke får job i restaurationsbranchen. Det er også muligt at arbejde i kantiner, på hospitaler og meget andet – og så har du mulighed for, at arbejde i hele verden.

### Videreuddannelse:

Når du er færdig med gastronomuddannelsen som kok, har du flere muligheder for videreuddannelse. Du kan søge optagelse på erhvervsakademi uddannelserne Procesteknolog og Serviceøkonom, samt professionsbachelor uddannelserne.

## Sådan kommer du i gang

En erhvervsuddannelse består af **Grundforløb** og et **hovedforløb**, som skifter mellem **oplæring (praktik)** og **skole**.

Kommer du direkte fra 9. eller 10. klasse, skal du tage **Grundforløb 1** først.

Startdatoer:

**Grundforløb 1: 12/8-24. 20/1-25. Grundforløb+ & Grundforløb 2: 12/8-24. 28/10-24. 20/1-25.**

Ansøgningsfrister:

**GF1: 11/8-24 (12/8-24). 18/1-25 (20/1-25). GF2: 11/8-24 (12/8-24). 27/10-24 (28/10-24). 18/1-25 (20/1-25).**

Varighed (inkl. grundforløb)

**4 år og 3 måneder**

Online uddannelse

**Du kan også tage denne uddannelse online. Sæt X i online, når du søger.**

Studiested:

**Grundforløb 1 og 2: Ringsted, Roskilde, Næstved, Slagelse, Vordingborg og Køge. Hovedforløb: Slagelse.**

Økonomi  
**SU og løn**

Adgangskrav

**9. eller 10. klasse med 02 i dansk og matematik.**

Vejleder:

**Susanne Nøhr Wiuff**

Ring:

**+45 4172 1202**

E-mail:

**suwi@zbc.dk**

Se mere om uddannelsen på [zbc.dk](http://zbc.dk)



# Kok



Du tager **Grundforløb 2** på skolen. Det varer 20 uger. Et **hovedforløb** varer ca. 2-4 år alt efter uddannelse, og du afslutter med en svendeprøve.

## Skal du starte på grundforløb 1?

Nå du starter på en erhvervsuddannelse på grundforløb 1, kan du ikke tilmelde dig en specifik uddannelse. Du skal i stedet tilmelde dig den fagretning, som uddannelsen hører under. Grundforløb 1 er en mulighed for at snuse til de forskellige uddannelser, der findes inden for det område, du har tilmeldt dig. Grundforløb 1 tager 20 uger, hvorefter du fortsætter på grundforløb 2.

Vores fagretninger er forskellige i alle byer.

[Læs mere om, hvilke grundforløb 1 fagretninger du kan starte på i alle vores byer her.](#)

## Er GF+ noget for dig?

Grundforløb+ (GF+) er et 10-ugers forløb, der forbereder dig til at starte på Grundforløb 2. Forløbet er planlagt, så det er tilpasset dig og dine forudsætninger.

Så, er det længe siden, du har været på skolebænken, og er du i tvivl om, hvad du skal? Eller har du bare brug for lidt forberedelse inden du starter på dit Grundforløb 2?

Start på GF+.

## Kok - læreplads med løn

### Oplæring (praktik) med løn

Det er din opgave at finde din læreplads, men ZBC har studievejledere, der kan hjælpe dig. Oplæringsvirksomheden og du skal indgå en skriftlig uddannelsesaftale.

### Oplæring (praktik) i udlandet

Drømmer du om at tage dele af din uddannelse i udlandet, kan vi hjælpe dig med at realisere din drøm.

Startdatoer:

**Grundforløb 1: 12/8-24. 20/1-25. Grundforløb+ & Grundforløb 2: 12/8-24. 28/10-24. 20/1-25.**

Ansøgningsfrister:

**GF1: 11/8-24 (12/8-24). 18/1-25 (20/1-25). GF2: 11/8-24 (12/8-24). 27/10-24 (28/10-24). 18/1-25 (20/1-25).**

Varighed (inkl. grundforløb)

**4 år og 3 måneder**

Online uddannelse

**Du kan også tage denne uddannelse online. Sæt X i online, når du søger.**

Studiested:

**Grundforløb 1 og 2: Ringsted, Roskilde, Næstved, Slagelse, Vordingborg og Køge. Hovedforløb: Slagelse.**

Økonomi  
**SU og løn**

Adgangskrav  
**9. eller 10. klasse med 02 i dansk og matematik.**

Vejleder:  
**Susanne Nøhr Wiuff**

Ring:  
**+45 4172 1202**

E-mail:  
**suwi@zbc.dk**

Se mere om uddannelsen på [zbc.dk](http://zbc.dk)



[Læs mere om oplæring i udlandet](#)

## Fag på kokkeuddannelsen

Her er nogle af de fag, du får på uddannelsen til kok:

- Ernæringslære
- Salg og service
- Køkkenpraktik
- Produktionshygiejne

Du skal også have fag som regning og kalkulation samt læring, kommunikation og samarbejde.

## Din økonomi under uddannelsen

Du kan søge SU på grundforløb, hvis du er over 18 år. [Læs mere om SU](#)

På hovedforløb får du elevløn. Du får elevløn fra den dag, din uddannelsesaftale træder i kraft, altså både i oplærings- og skoleperioderne.

Elevlønnen er aftalt mellem arbejdsgivere og den faglige organisation på området. Begyndelseslønnen for elever i erhvervsuddannelserne varierer fra branche til branche.

Hvis du har en uddannelsesaftale, der dækker grundforløbet, får du også elevløn på grundforløbet. Har du ikke det, kan du søge SU, hvis du er fyldt 18 år.

Du kan på visse betingelser få tilskud til dækning af dine transportudgifter.

Startdatoer:

**Grundforløb 1: 12/8-24.  
20/1-25. Grundforløb+ &  
Grundforløb 2: 12/8-24.  
28/10-24. 20/1-25.**

Ansøgningsfrister:

**GF1: 11/8-24 (12/8-24). 18/1-  
25 (20/1-25). GF2: 11/8-24  
(12/8-24). 27/10-24 (28/10-  
24). 18/1-25 (20/1-25).**

Varighed (inkl.  
grundforløb)

**4 år og 3 måneder**

Online uddannelse

**Du kan også tage denne  
uddannelse online. Sæt X  
i online, når du søger.**

Studiested:

**Grundforløb 1 og 2:  
Ringsted, Roskilde,  
Næstved, Slagelse,  
Vordingborg og Køge.  
Hovedforløb: Slagelse.**

Økonomi  
**SU og løn**

Adgangskrav

**9. eller 10. klasse med 02 i  
dansk og matematik.**

Vejleder:

**Susanne Nøhr Wiuff**

Ring:

**+45 4172 1202**

E-mail:

**suwi@zbc.dk**

Se mere om  
uddannelsen på  
zbc.dk

