



**LLU PTF**  
**Uztura katedra**



# Galda kultūras mācība

Dr.sc. ing. Rita Riekstiņa- Dolģe




# Prezentācijas saturs:

1. Galda kultūras jēdziens
2. Uzvedības pie galda, galda manieres
3. Galda klāšanas pamati



# Instrukcija

- Prezentācijai ir daži interaktīvi rīki, seko līdz norādēm
- Slīdņos ar ? jāizvēlas pareizā atbilde
- Nākošā slīdņa pārslēgšanai izmanto pogu 



# Etīķete?

## Manieres?

### Galda kultūra?

- Etīķete ir sabiedrībā mantotu, laika gaitā veidojošos, uzvedības un pieklājības normu kopums
- Manieres ir noteikts izturēšanās veids, paradums, uzvedības normas
- Manieres attiecas uz sociālo uzvedību kā cilvēks uzvedas, būdams kopā ar citiem
- Galda kultūra – zināšanu, noteikumu un uzvedības normu kopums par galda klāšanas, ēdienu pasniegšanas un uzvedības noteikumiem pie galda.



# Kāpēc praktizēt labas manieres?

Vai man to vajag?

Vai tas ir obligāti?

Kur tO māca?



Jūties pārlicinātāks,  
zinot, ko darīt

Brīvi jūties jebkurā  
dzīves situācijā

Uzvedoties jauki, tu  
izrādi cieņu saviem  
draugiem un  
līdzcilvēkiem

Esi jauks sarunu biedrs un  
ar tevi ir patīkami  
komunicēt



# Uzvedības etiķete?

## Produkta zīme



Stingri noteiktas un vispārpieņemtās cilvēku izturēšanās normas



Iekārtas darba instrukcija



Diemžēl tu kļūdījies.

Lai mēģinātu vēlreiz, novieto peles kursoru šeit!



# Pareizi!

Lai turpinātu, nospiediet šeit!





# Galda etiķete?

Kuru dakšu jāņem pirmo?

Vai tas ir obligāti?

Kā to ēd?

*Labas uzvedības noteikumi*

1. Sēdi taisni
2. Nečapstini
3. ???



Padomu kopums, kas jāievēro pie ēdamgaldā (ēdot, uzturot sarunu)



Uzvedība pie galda liecina par cilvēka kultūras līmeni



Zināšanas palīdz pareizi lietot galda piederumus, zināt dažādu ēdienu pasniegšanas kārtību



# Galda etiķete?

Ar noteiktu likumu  
noteiktas normas



Katram ir sava, jo jūtas brīvi



Ir vispārpieņemtās normas  
uzvedībai pie ēdamgalda



Diemžēl tu kļūdījies.

Lai mēģinātu vēlreiz, novieto peles kursoru šeit!



# Pareizi!

Lai turpinātu, nospiediet šeit!



# Kārtības noteikumi pie ēdamgalda (1)

- ✔ Sēdi taisni, mierīgi
- ✔ Krēslu piebīdi tik tuvu galdam, lai ir ērti aizsniegt galda piederumus
- ✔ Rokas (plaukstu daļu) turi uz galda, elkoņus neliec uz galda
- ✔ Sāc ēst tikai tad, kad visi ir sasēdušies pie galda un uzlikuši ēdienu
- ✔ Neliecies pāri galdam, bet palūdz kaimiņam pasniegt vēlamo trauku
- ✔ Lieto: “Lūdzu!” un “Paldies!”



# Kārtības noteikumi pie ēdamgalda (2)

- ✓ Pasakies par maltīti: “Paldies par pusdienām”
- ✓ Pēc ēdienreizes saloki auduma salveti un atstāj to līdzās šķīvī, papīra salveti met miskastē
- ✓ No galda celies, kad visi paēduši
- ✓ Pēc ēdienreizes novāc savu traukus
- ✓ Palīdzi notīrīt galdu









# Maltītes laikā

- ✔ Izmanto katram ēdienam paredzētos galda piederumus, pirmie piederumi- tālāk no šķīvja
- ✔ Sagriez ēdienu nelielos kumosos un liec mutē nelielas porcijas
- ✔ Sagriez un ēd ēdienu ar nazi labajā rokā un dakšu kreisajā rokā
- ✔ Ja labi nepārvaldi piederumus, tad, kad esi sagriezis ēdienu, pārlic dakšu labajā rokā un novieto nazi uz šķīvja (ne uz galda)
- ✔ Mutes slaucīšanai izmanto salveti



# Pie galda nevajadzētu....

-  Sarunāties ar ēdienu mutē
-  Skaļi košļāt vai čāpstināt
-  Pārlieku skaļi runāt un smieties
-  Ēst lieliem gabaliem un ātri
-  Šūpot kājas un daudzīt ar kājām pa grīdu, pat ja tas ir noteikts mūzikas ritms
-  Izmantot mobilo tālruni





# Ēdienu pasniegšanas secība?

## *Ēdienkarte*

*Karstās uzkodas  
Aukstās uzkodas un salāti  
Zupas  
Pamatēdieni  
Deserti*

## *Ēdienkarte*

*Aukstās uzkodas un salāti  
Karstās uzkodas  
Zupas  
Pamatēdieni  
Deserti*

## *Ēdienkarte*

*Karstās uzkodas  
Pamatēdieni  
Zupas  
Aukstās uzkodas un salāti  
Deserti*

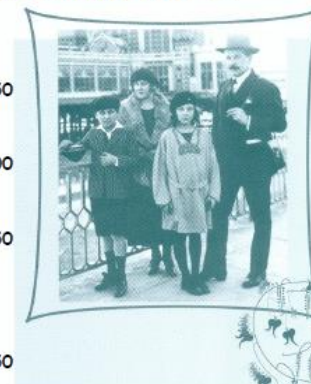


# Pareizi!

- Šāda ir pierastā ēdienu pasniegšanas secība
- Ikdienas maltītē parasti ietver divus- trīs ēdienus
- Svētkos ēdienu kārtu skaits palielinās, ēdienu porcijas lielums samazinās
- Arī šādā secībā tiek izvietoti ēdieni ēdināšanas uzņēmumu ēdienkartēs

## ĪPAŠĀ BĒRNU ĒDIENKARTE

- |  |      |
|--|------|
| 1. Dabīgais buljons ar nūdelēm un vistas gaļu  | 2.50 |
| 2. Karstmaizīte ar šķiņķi un sieru   | 2.00 |
| 3. Gaļas salāti „Vecmāmiņas gaumē”   | 3.50 |
| 4. Kraukšķīgi kartupeļu „burtni” ar tomātu - gurķu salātiem un kečupu                  | 3.50 |
| 5. Cūkgaļas karbonāde ar fritētiem kartupeļiem, pasniegta ar tomātu mērci vai majonēzi | 4.75 |
| 6. Kartupeļu biezenis ar vistas filejas gabaliņiem saldkrējuma mērcē                   | 4.25 |
| 7. Spagetti ar sieru un tomātu mērci   | 3.50 |
| 8. Plānās pankūkas ar šokolādes mērci ar zemeņu mērci                                  | 2.75 |
| 9. Vaniļas saldējums ar šokolādes mērci un riekstiem                                   | 3.00 |
| 10. Šokolādes saldējums ar zemeņu mērci un vafelēm                                     | 3.00 |
| 11. Saldējuma - augļu sulas kokteilis  | 3.00 |



pastniekamaja.lv

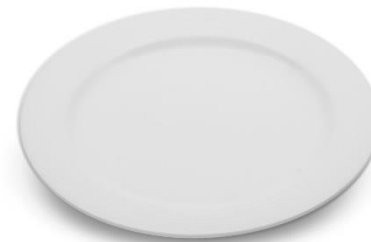
Lai turpinātu, novieto peles kursoru šeit!



# Galda trauki un piederumi (1)

## Auksto uz kodu pasniedz

*(spied uz oranžā laukuma)*



Diemžēl tu kļūdījies.

Lai mēģinātu vēlreiz, novieto peles kursoru šeit!



# Pareizi!

- Aukstās uzkodas pasniedz uz auksto uz kodu lēzenā šķīvja
- Klāt servē auksto uz kodu nazi un dakšu



Lai turpinātu, nospiediet šeit!



# Galda trauki un piederumi (2)

Salātus pasniedz (*spied uz oranžā laukuma*)



Diemžēl tu kļūdījies.

Lai mēģinātu vēlreiz, novieto peles kursoru šeit!



# Pareizi!

- Salātus var pasniegt bļodiņā vai lēzenā šķīvī
- Piederums– dakša;
- Ja salāti ir jāgriež, tad servē auksto uz kodu nazi un dakšu
- Nazis tiek izmantots ne tikai griešanai, bet arī ēdiena uzstumšanai uz dakša



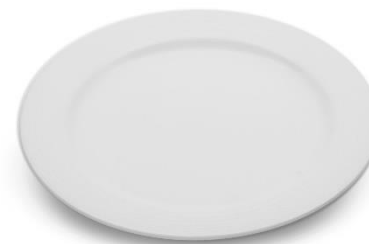
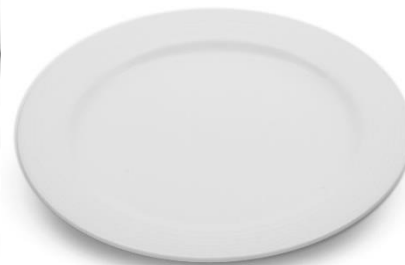
Lai turpinātu, nospiediet šeit!





# Galda trauki un piederumi (3)

## Zupu pasniedz *(spied uz oranžā laukuma)*



Diemžēl tu kļūdījies.

Lai mēģinātu vēlreiz, novieto peles kursoru šeit!



# Pareizi!

- Zupu pasniedz dziļajā šķīvi, bļodā vai buljona tasē;
- Klāt liek ēdamkaroti vai deserta karoti, kas atkarīgs no trauka lieluma.



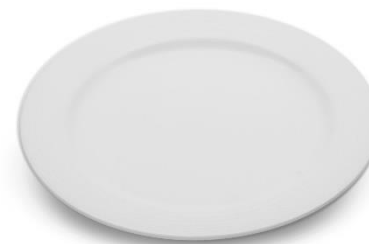
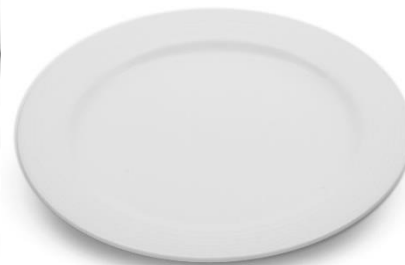
Lai turpinātu, nospiediet šeit!



# Galda trauki un piederumi (4)

## Pamatēdienu pasniedz

*(spied uz oranžā laukuma)*



Diemžēl tu kļūdījies.

Lai mēģinātu vēlreiz, novieto peles kursoru šeit!



# Pareizi!

- Pamatēdienu pasniedz uz lielā lēzenā šķīvja
- Ēdienus ar mērce (piemēram, pastu) var pasniegt dziļā šķīvī
- Piederumi - pamatēdiena nazis un dakša



Lai turpinātu, nospiediet šeit!



# Galda trauki un piederumi (5)

Maizes šķīvis ir *(spied uz oranžā laukuma)*



Diemžēl tu kļūdījies.

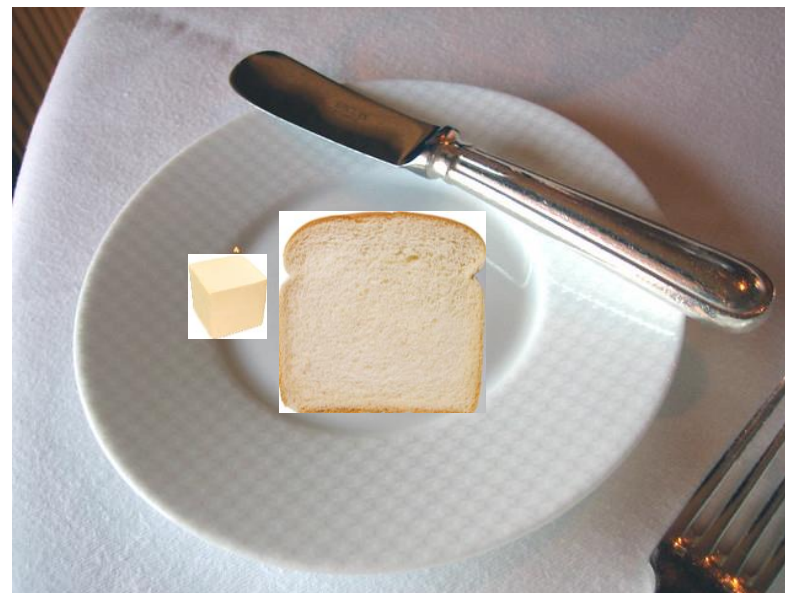
Lai mēģinātu vēlreiz, novieto peles kursoru šeit!





# Pareizi!

- Maizes šķīvis tiek servēts ar sviesta nazi
- Paredzēts galda servēšanā katram viesim, biežāk svinīgās maltītēs un restorānos



Lai turpinātu, nospiediet šeit!



# Galda trauki un piederumi (5)

Desertu pasniedz (*spied uz oranžā laukuma*)



Diemžēl tu kļūdījies.

Lai mēģinātu vēlreiz, novieto peles kursoru šeit!



# Pareizi!

- Desertu var servēt deserta traukos, uz lēzena šķīvja vai dziļajā šķīvī
- Piederumi – atkarībā no deserta veida un pasniedzamā trauka: tējkarote, deserta karote, deserta nazis un dakša, saldējuma garā karote



Lai turpinātu, nospiediet šeit!





# Galda klāšanas pamati

- Galda klāšana nenozīmē tikai smalki klātu galdu svētku reizē
- Ikdienas galda klāšana ietver tīru, nepiekrautu galda klājumu, ar atbilstošiem traukiem, glāzēm un galda piederumiem
- Klājumam, trauku un piederumu izvietojumam ir jābūt ērtam un parocīgam
- Skaists galda klājums ir estētisks baudījums, kas vairo pozitīvas emocijas un padara ēdienreizi patīkamāku



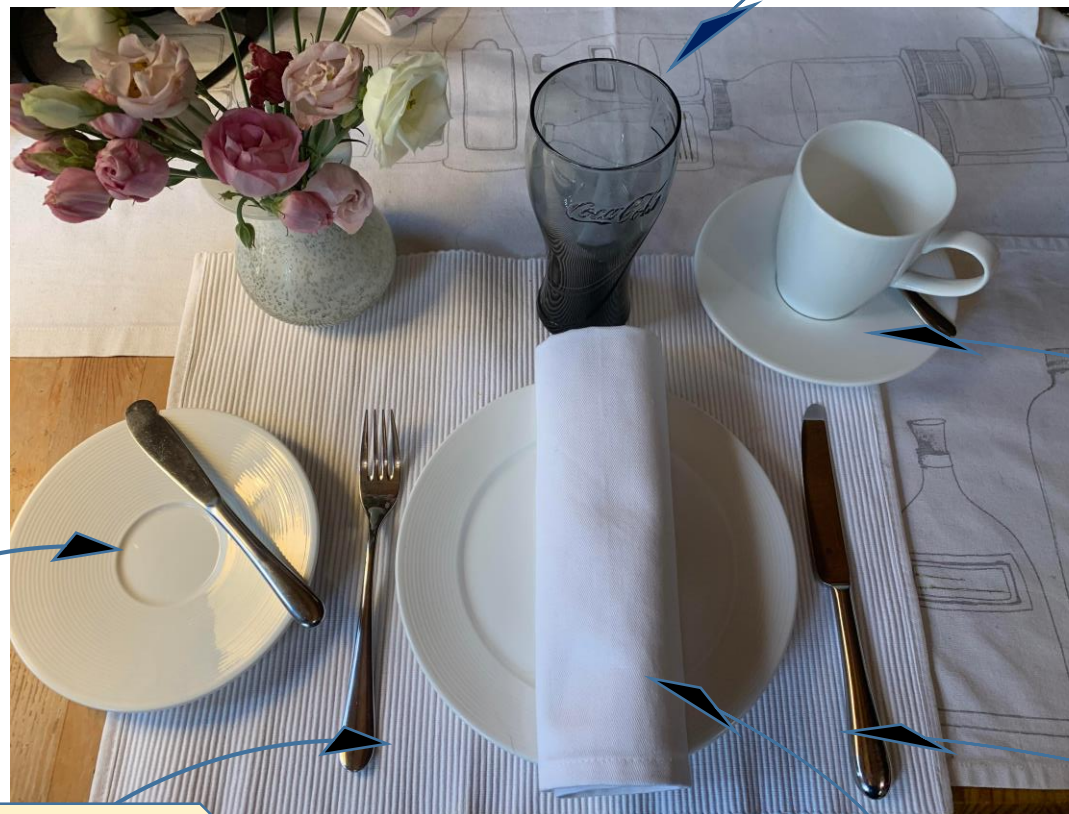
# Brokastu galda klājums

Ēdienkarte:

*Omlete*

*Augļu sula/ ūdens*

*Tēja/ kakao*



Ūdens/ sulas  
glāze

Maizes šķīvis ar  
sviesta nazi

Tējas/ kakao  
tase ar  
apakštasi un  
tējkaroti

Auksto  
uzkodu dakša

Auksto  
uzkodu nazi

Auksto  
uzkodu šķīvis,  
salvete



# Brokastu galda klājums

Ēdienkarte:

*Sviestmaizes*

*Augļu sula/ ūdens*

*Tēja/ kakao*



Ūdens/ sulas  
glāze

Tējas/ kakao  
tase ar  
apakštasi un  
tējkaroti

Auksto  
uzkodu šķīvis,  
salvete



# Brokastu galda klājums

Ēdienkarte:

*Pankūkas ar ievārījumu*

*Augļu sula/ ūdens*

*Tēja/ kakao*



Ūdens/ sulas  
glāze

Tējas/ kakao  
tase ar  
apakštasi un  
tējkaroti

Auksto  
uzkodu nazis

Auksto  
uzkodu dakša

Auksto  
uzkodu šķīvis,  
salvete





# Brokastu galda klājums

Ēdienkarte:

*Biezputra ar sviestu*

*Augļu sula/ ūdens*

*Tēja/ kakao*



Ūdens/ sulas  
glāze

Tējas/ kakao  
tase ar  
apakštasi un  
tējkaroti

Salvete

Bļoda putrai

Deserta  
karote

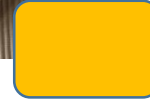




# Galda piederumu valoda

Kā piederumiem vajadzētu

atrasties uz šķīvja maltītes laikā ? *(spied uz oranžā laukuma)*



Diemžēl tu kļūdījies.

Lai mēģinātu vēlreiz, novieto peles kursoru šeit!



# Pareizi!



✓ Pirms maltītes



✓ Maltīti beidzot

✓ Maltītes laikā



Maltītes laikā



Maltīti beidzot

Lai turpinātu, nospiediet šeit!



# Viesību rīkošana

- Pagatavo un nosūti ielūgumus
- Dekorē telpas
- Pagatavo uzkodas, ēdienu un dzērienus
- Sagatavo aktivitāšu un izklaides programmu
- Saklāj svētku galdu un pagatavo galda dekorus, tai skaitā ēdienkarti un galda kartes



# Ielūgumi

- Pašgatavots ielūgums vienmēr būs īpašs un personīgāks
- Uz ielūgumu noteikti jāatbild (divu dienu laikā), īpaši gadījumā ja netiks uz viesībām
- Atbilde jāsniedz pa norādīto telefona numuru, vai citu norādīto saziņas veidu
- Oficiālos ielūgumos lieto īpašu terminloģiju:

R.S.V.P. - ***Répondez s'il vous plaît*** (franču val.) -  
(lūdzu atbildiet) – jāatbild jebkurā gadījumā;

***Regrets only*** (angļu val.)- jāatbild tikai atteikuma gadījumā



# Idejas galda kartēm

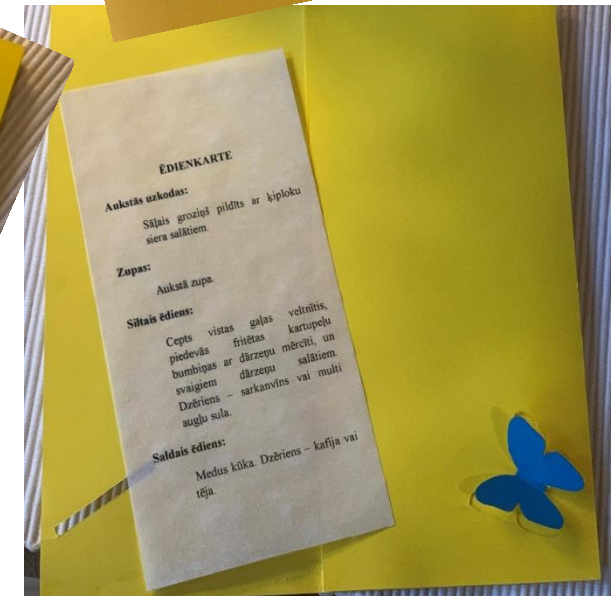
- Galda karte ir neliela kartīte uz kuras raksta viesu vārdus
- Galda kartes palīdz sēdināt viesus noteiktā kārtībā
- Galda kartes padara galdu svinīgāku, īpašāku katram viesim
- Galda karti var veidot ar novēlējumu vai kādu uzdevumu





# Idejas ēdienu kartēm

- Svinīgas maltītes ēdienu kartes parasti gatavo oficiālos pasākumos, arī kāzās
- Ēdienu kartē raksta maltītē paredzētos ēdienus un dzērienus
- Mājas viesībās pašgatavota un interesanti noformēta ēdienkarte piešķirs īpašu svinīgumu, it īpaši pārsteiguma ballītē



# Idejas ballīšu galdam

- Tematiskās ballītes nav iedomājamas bez papildus aksesuāriem
- Izdekorēta svinību vieta, piešķirs īpašu noskaņu



# Apmeklējot ballīti, pie galda...

Auduma salveti  
klāj uz ceļiem,  
papīra liec  
blakus šķīvim

Liec tik daudz  
ēdiena, cik  
vari apēst

Sarunas laikā  
lieto:  
“Lūdzu!”,  
“Paldies!”

Esi  
izpalīdzīgs,  
apkalpo  
galda biedrus

Ja nezini ar  
kādiem  
piederumiem  
ēdams kāds  
ēdiens, pajautā  
galdabiedram

Nepazīstamus  
ēdienus liec  
mazu  
daudzumu



Celies no  
galda, kad visi  
paēduši

Nesmejies  
par galda  
biedriem

Ja nepatīk kāds  
ēdiens, pieklājīgi  
pasaki: “Nē,  
paldies.”

Ēdienreizes  
laikā sēdi  
taisnu muguru,  
mierīgi

Nebaksti  
galdabiedru,  
bet uzrunā  
viņu vārdā

Neizsaki  
skaļas  
piezīmes par  
ēdienu

Nelieto  
mobilo  
telefonu



Cilvēks  
uzvedības ciēna  
Prast kāpret  
Galda pie  
piederumi kultūras iemaņas  
uzvesties biedriem  
kultūra

Paldies par uzmanību!

*Galda manieres nevar noslēpt.  
Ar labām tu varēsi justies droši vienmēr, bet  
sliktās agri vai vēlu tevi iegāzīs 😊*

