

# *DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIA LABORAL*

## *Asistente de cocina*



**C: 9211001**

**Grupo primario: Ayudante de cocina**

**Instituto Nacional de Formación Profesional (INFOP)**

División Técnico Docente  
Departamento de Docencia  
Unidad Diseño Curricular

**AUTORIDAD INSTITUCIONAL**

**Juan Diego Zelaya**  
Director Ejecutivo

EQUIPO DE TRABAJO  
Dirección Técnica

**Edgardo Valenzuela**  
Jefe División Técnico Docente

Coordinación y Asesoría Técnica  
Metodológica

**Sandra Yasmín Cabrera**  
**Víctor Leonardo López**  
CADERH

**CONTENIDO TÉCNICO**

**Fanny Lizeth Briceño**  
Hotel Honduras Maya  
**Karla Maradiaga**  
INFOP

**Karen Montoya**  
**Ada Raudales**  
**Iveth Henríquez**  
**Irma Waleska Maas**  
Hotel Escuela Madrid

**EQUIPO TÉCNICO**

Proyecto PROJOVEN  
**Alfredo Astorga Bastidas**  
**Susana Ferrera Mendoza**  
**Carlomagno Amaya B.**

Transcripción  
**Sandra Yasmín Cabrera**

Honduras INFOP – CADERH – PROJOVEN

Programa Curricular por competencia laboral del “Asistente de cocina” 3ra. edición, INFOP – CADERH – PROJOVEN  
Tegucigalpa, diciembre, 2014  
Pág. 44 (Asistente de cocina)

Con apoyo del proyecto PROJOVEN auspiciado por la Agencia Suiza para la Cooperación y el Desarrollo COSUDE.

Diseño: **Comunica**

**© 2014 (INFOP-UDC)**

Tegucigalpa, M.D.C., Honduras, C.A.

Los interesados pueden reproducir parte de esta publicación a condiciones de que citen la fuente de origen.

En lo referente a la reproducción total o traducción de esta publicación, deberá dirigirse la correspondiente solicitud a INFOP, Apartado postal 3235, Tegucigalpa, M.D.C. Honduras.

Por ser un documento didáctico, es recomendable comprender el uso e interrelación de los elementos que lo integran.

Las publicaciones del INFOP pueden obtenerse en sus oficinas, en los diferentes lugares donde estas funcionan.

# Contenido

**Autorización / 5**

**Agradecimiento / 6**

**Introducción / 7**

**I. Información general / 8**

**II. Perfil profesional por competencia laboral del Asistente de cocina / 9**

**III. Contenido modular / 12**

**IV. Itinerario de formación profesional  
del Asistente de cocina / 13**

**V. Mapa del diseño curricular / 14**

**VI. Cuadros programas modulares / 15**

**VII. Estrategias metodológicas para el planeamiento didáctico / 34**

● Requerimientos del curso / 35

● Glosario / 36

**Anexo / 38**

1. Disposiciones para la aplicación del programa / 38

2. Lista de materiales, equipos y herramientas a usar / 40



## ***Autorización***

El Instituto Nacional de Formación Profesional, INFOP, a través de la División Técnico Docente, por medio de la presente AUTORIZA la emisión y uso del presente PROGRAMA CURRICULAR POR COMPETENCIA LABORAL DEL “ASISTENTE DE COCINA”, cuyo contenido técnico cuenta con los conocimientos de los expertos y técnicos de la ocupación y con los elementos que señala la metodología del Diseño Curricular, dándole una vigencia de 3 años.

En fe de lo cual firmo y sello a los cinco días del mes de diciembre del dos mil catorce.

**Edgardo Valenzuela Torres**

Jefe División Técnico Docente  
INFOP

## ***Agradecimiento***

Agradecemos a la Agencia Suiza para la Cooperación y el Desarrollo COSUDE que, a través del proyecto PROJOVEN, ha brindado los apoyos necesarios para la elaboración del programa curricular con enfoque por competencia laboral, en la ocupación del Asistente de cocina.

Así mismo se agradece al sector productivo por sus valiosos aportes técnicos como equipo consultivo para la formación del recurso humano calificado.

Esperamos seguir contando con su valiosa y oportuna cooperación, para el desarrollo y engrandecimiento del país.

# Introducción

La División Técnico Docente del INFOP y el Centro Asesor para el Desarrollo de los Recursos Humanos, CADERH, implementan estrategias de apoyo a la competitividad económica y la equidad social con el objeto de asegurar la calidad del empleo y el desarrollo de las competencias de la población trabajadora, afines a la demanda de calificación laboral actualizada y potencial del mercado laboral, por lo cual presenta el Programa Curricular del “Asistente de cocina”, como una respuesta a las necesidades cualitativas y cuantitativas de formación profesional en esta ocupación, para la promoción de empleo.

Este programa expresa el estándar de calidad que se pretende de la oferta formativa para llegar a quienes más lo necesitan, los trabajadores y trabajadoras de nuestro país.

El programa está dirigido a mujeres y hombres de 18 años, con una formación mínima de sexto grado, con o sin experiencia laboral.

El equipo de especialistas ha consolidado este programa tomando como referente el perfil ocupacional que fue elaborado con base en los resultados de la consulta AOP (Análisis Ocupacional Participativo) realizada con personal técnico del área, que por su experiencia han hecho aportes técnicos importantes para el programa.

El documento describe el perfil del egresado, itinerario de formación profesional, mapa del currículo modular, contenido modular y cuadros de programas modulares. En la sección de anexos se incluye las disposiciones didácticas de aplicación del programa, listas de equipos, herramientas y materiales a utilizar.

La metodología del programa se centra en el análisis de tareas de la ocupación agrupándose los contenidos en función de los procesos de producción, facilitando así la definición de los módulos instruccionales, además comprende otras informaciones de apoyo pedagógico técnico para el logro de los objetivos.

Se considera este programa de aplicación institucional y de centros de formación profesional con carácter oficial a partir de su revisión, y actualización, por parte de la División Técnico Docente en tanto no surja otro que lo sustituya.

# I. Información general

<b>A. Sector:</b>	Comercio y servicios
<b>B. Grupo primario:</b>	Ayudante de cocina
<b>C. Ocupación:</b>	Asistente de cocina
<b>D. Requisitos:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Presenta buena salud general (certificado de salud oficial)</li><li>● Sexto grado</li><li>● Edad de 18 años</li><li>● Haber aprobado el proceso de selección establecido por el INFOP</li></ul>
<b>E. Formas de entrega:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Formación por Competencia<ul style="list-style-type: none"><li>- Presencial</li><li>- Alternancia</li><li>- Individualizada</li></ul></li><li>● Certificación de competencias</li></ul>
<b>F. Duración:</b>	349 horas
<b>Práctica productiva:</b>	80 horas
<b>Total de la formación:</b>	429 horas
<b>G. Módulos:</b>	M-01 Asistente de cocina

## II. Perfil profesional por competencia laboral del Asistente de cocina

- A. Sector:** Comercio y servicios
- B. Grupo primario:** Ayudante de cocina
- C. Código:** C: 9211001
- D. Ocupación:** Asistente de cocina
- E. Competencia general:** Desarrollar los procesos de preelaboración, presentación y preparación de elaboraciones culinarias básicas, aplicando operaciones técnicas y normas de higiene y seguridad en la manipulación de alimentos, optimizando los recursos disponibles.
- F. Elementos de competencia:**
- Realizar su desarrollo personal teniendo en cuenta los valores familiares.
  - Ampliar las posibilidades personales y formativas para insertarse en el mundo del trabajo.
  - Medir y realizar conversiones en los diferentes sistemas de medida.
  - Operar los programas de Windows y Microsoft Office de acuerdo a procedimientos técnicos.
  - Manejar el lenguaje técnico elemental de su ocupación en el idioma inglés.
  - Utilizar el equipo y herramientas de cocina, aplicando medidas de seguridad.
  - Aplicar medidas de higiene y seguridad en la manipulación de alimentos.
  - Aplicar Los formatos y formas correctas de compras de materia prima.
  - Realizar preelaboraciones culinarias y métodos correctos de conservación de alimentos.
  - Aplicar técnicas culinarias correctas.
  - Aplicar técnicas de alimentación y nutrición básica para mejorar la elaboración de los alimentos.
  - Utilizar los materiales e insumos de forma ecológica buscando proteger el medio ambiente.

**G. Capacidades profesionales:****Organización**

- Muestra ser organizado en la gestión de tiempo, recursos y labores.
- Utiliza uniforme correctamente.
- Cumple normas de higiene personal.
- Mantiene limpia y ordenada su área de trabajo.
- Se comporta proactivo, responsable, organizado, eficiente y eficaz en su puesto de trabajo en todo momento.

**Responsabilidad y autonomía**

- Muestra destreza en técnicas básicas de cocina.
- Resuelve problemas y toma decisiones relacionadas con situaciones de su responsabilidad.
- Ofrece soluciones a los problemas que se presentan.
- Respeta jerarquías.
- Requiere supervisión.

**Comunicación**

- Mantiene buenas relaciones interpersonales.
- Comprende y sigue instrucciones.
- Informa apropiada y oportunamente.
- Honesto al comunicarse.
- Posee habilidades de comunicación asertiva demostrando fluidez verbal.
- Brinda un buen servicio al cliente cuando se encuentra frente a este.

**Trabajo en equipo**

- Capacidad de trabajo en equipo.
- Capacidad de autocontrol.
- Capacidad de trabajo bajo presión.
- Interactúa apropiadamente con sus pares y superiores.

**Desarrollo Humano**

- Asume actitudes y comportamientos en valores (puntualidad, creatividad, adaptabilidad, honradez, ética, autoconfianza, responsabilidad, respeto, solidaridad) que facilitan la convivencia humana.

**H. Perfil profesional y académico del instructor:**

- **Nivel académico:** formación a nivel técnico relacionado con el campo como mínimo.
- **Como instructor:** tener competencias pedagógicas acreditadas, facilidad de palabra, dominio de grupo, creativo, ordenado, conocimiento amplio de paquetes de Microsoft Office; buena presentación.
- **Experiencia profesional:** de 2 a 3 años como mínimo desempeñándose en el área.

**I. Certificación:**

Se otorgará certificado a las y los participantes que aprueben satisfactoriamente las unidades didácticas del módulo de acuerdo a las normas establecidas en el INFOP.

### III. Contenido modular

Módulo	Asistente de cocina	Tiempo (horas)
UD-01	Desarrollo personal	10
UD-02	Inserción laboral	10
UD-03	Medición y conversión	20
UD-04	Windows y Microsoft Office básico	60
UD-05	Inglés técnico	60
UD-06	Equipos y herramientas de cocina	24
UD-07	Medidas de higiene, seguridad e inocuidad alimentaria	37
UD-08	Materias primas y compras (productos culinarios)	10
UD-09	Alimentación y nutrición básica	10
UD-10	Preelaboración y conservación de alimentos	56
UD-11	Técnicas culinarias	32
UD-12	Protección al medioambiente	20
	Total horas de formación en el centro	349
	Práctica productiva en la empresa	80
	<b>Tiempo total de formación</b>	<b>429</b>

## IV. Itinerario de formación profesional del Asistente de cocina



Código	Ocupación
C: 9211001	Asistente de cocina

Módulo	Nombre
M-01	Asistente de cocina

Simbología	Descripción
E	Entrada
■	Módulo
●	Salida plena
●	Salida parcial
—	Ruta de formación
- - - - -	Nivel de complejidad

## V. Mapa del diseño curricular

Asistente de cocina: total 349 horas			
Módulo 01: Horas: 349	<b>Unidad didáctica I:</b> Desarrollo personal.  Horas: 10	<b>Unidad didáctica II:</b> Inserción laboral.  Horas: 10	<b>Unidad didáctica III:</b> Medición y conversión.  Horas: 20
	<b>Unidad didáctica IV:</b> Microsoft Office básico  Horas: 60	<b>Unidad didáctica V:</b> Inglés técnico.  Horas: 60	<b>Unidad didáctica VI:</b> Equipos y herramientas de cocina.  Horas: 24
	<b>Unidad didáctica VII:</b> Medidas de higiene, seguridad e inocuidad alimentaria.  Horas: 37	<b>Unidad didáctica VIII:</b> Materias primas y compras (productos culinarios).  Horas: 10	<b>Unidad didáctica IX:</b> Alimentación y nutrición básica.  Horas: 10
	<b>Unidad didáctica X:</b> Preelaboración y conservación.  Horas: 56	<b>Unidad didáctica XI:</b> Técnicas culinarias.  Horas: 32	<b>Unidad didáctica XII:</b> Protección al medioambiente.  Horas: 20

## VI. Cuadros programas modulares

Diseño Curricular de la Calificación		
<b>DATOS GENERALES DE LA CALIFICACIÓN</b>		
<b>Código: A: 9211001</b>	<b>Título: Asistente de cocina</b>	
Objetivo de la calificación: Desarrollar los procesos de preelaboración, presentación y preparación de elaboraciones culinarias básicas, aplicando operaciones técnicas y normas de higiene y seguridad en la manipulación de alimentos, optimizando los recursos disponibles.	Perfil de egreso: Desarrolla sus funciones profesionales en la cocina de las pequeñas, medianas o grandes empresas de servicios, aplicando las condiciones de seguridad e inocuidad en el puesto de trabajo.	
Requisitos de admisión:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Edad de 18 años</li> <li>• Sexto grado</li> <li>• Estar apto físicamente</li> </ul>	
Duración: 349 horas	Horas teóricas: 110	Horas prácticas: 239
Fecha de aprobación: diciembre 2014	Tiempo de revisión: 3 años	
Fecha de publicación: diciembre 2014	Número de revisión: 3ra.	
Tipo de calificación: Nacional	Sector: Comercio y servicio	Grupo primario: Ayudante de cocina
Código:	Módulos que conforman la calificación:	
M-01	Asistente de cocina	

## Módulo 01

### Asistente de cocina

<b>Objetivo general del módulo:</b>		Al finalizar el módulo, las y los participantes serán capaces de desarrollar los procesos de preelaboración, presentación y preparación de elaboraciones culinarias básicas, aplicando operaciones técnicas y normas de higiene y seguridad en la manipulación de alimentos, optimizando los recursos disponibles.				
<b>Prerrequisitos:</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Edad de 18 a 45 años</li> <li>• Formación mínima de sexto grado</li> </ul>				
<b>Duración módulo: 339 horas</b>		Horas teóricas: 110		Horas prácticas: 239		
<b>Unidad didáctica 01:</b>		<b>Desarrollo personal</b>				
<b>Objetivo de la unidad didáctica:</b>		Al finalizar la unidad didáctica, las y los participantes serán capaces de asumir actitudes y comportamientos en valores, demostrando una conducta positiva, responsable, con integridad, que faciliten la convivencia humana.				
<b>Tiempos propuestos: 10 horas</b>		Horas teóricas: 5		Horas prácticas: 5		
<b>Contenidos</b>					<b>Horas</b>	
<b>Objetivos de aprendizaje</b>	<b>Saber</b>	<b>Saber hacer</b>	<b>Saber ser</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>T</b>	<b>P</b>
Aplicar las normas de conducta en sus relaciones laborales y su vida diaria.	<b>01. Normas de conducta:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepto.</li> <li>• Conducta en el trabajo.</li> <li>• Reglas de relaciones interpersonales.</li> <li>• Valores: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Integridad.</li> <li>- Responsabilidad.</li> <li>- Disciplina.</li> <li>- Confianza.</li> <li>- Tolerancia.</li> </ul> </li> <li>• Trabajo en equipo.</li> <li>• Ética profesional: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elementos que contribuyen a mejorar la ética profesional.</li> <li>- La actitud profesional.</li> <li>- Ética en las relaciones laborales.</li> <li>- Ética en el servicio.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir las normas de conducta.</li> <li>• Aplicar las normas de conducta mediante sociodrama.</li> <li>• Identificar los elementos que contribuyen a mejorar la ética profesional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responsable: tiene sentido del deber.</li> <li>• Empático: tiene capacidad de escuchar y comprender las preocupaciones e intereses de los demás.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Demuestra una actitud cortés y amable al saludar.</li> <li>• Demuestra precisión en el cumplimiento de instrucciones recibidas.</li> <li>• Muestra de manera responsable las tareas asignadas.</li> <li>• Demuestra confianza en el desarrollo del trabajo personal y el trabajo en equipo.</li> <li>• Asiste puntualmente a sus labores diarias y presenta a tiempo los resultados de tareas asignadas.</li> <li>• Aplica ética profesional en sus labores.</li> </ul>	5	5

Unidad didáctica: 02		Inserción laboral					
Objetivos de la unidad didáctica:		Al finalizar la unidad didáctica, las y los participantes serán capaces de aplicar diversas estrategias en la búsqueda efectiva de un empleo.					
Tiempos propuestos: 10 horas		Horas teóricas: 4		Horas prácticas: 6			
Contenidos						Horas	
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación	T	P	
Descubrir sus expectativas de insertarse en el mundo laboral.	<b>01. ¿En qué oficio, profesión o sector me gustaría trabajar en el mercado laboral?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Herramientas para la búsqueda de empleo y oferta educativa.</li> <li>¿Por qué trabajar?</li> <li>¿A qué me quiero dedicar?</li> <li>¿Qué tengo que hacer y qué me hace falta?</li> <li>¿Cómo está el mercado de trabajo, al momento de trabajar?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Investigar sobre la oferta educativa en la zona.</li> <li>Investigar sobre las oportunidades de empleo en la zona.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Investigativo: indaga sobre asuntos de su interés.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Investiga sobre las ofertas educativas de la zona.</li> <li>Utiliza diversas herramientas para la búsqueda del empleo.</li> </ul>	1	1	
Identificar con que competencias cuenta en la búsqueda de empleo.	<b>02. ¿Qué competencias tengo y cuáles demanda el mercado laboral?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué espera de mí el mercado laboral?</li> <li>Programas de capacitación laboral.</li> <li>Creatividad en el trabajo.</li> <li>Comunicándose en el trabajo.</li> <li>Escuchar activamente.</li> <li>Conflictos en el trabajo.</li> <li>Toma de decisiones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valorizar su experiencia personal.</li> <li>Investigar la oferta educativa en la zona.</li> <li>Aplicar su talento creador e innovador.</li> <li>Priorizar las capacitaciones a recibir sobre nuevas carreras.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Iniciativa: influye de forma activa sobre los acontecimientos, visión de oportunidad.</li> <li>Persistente: es tenaz en las actividades que emprende.</li> <li>Proactivo: Interés y motivación en hacer las cosas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valoriza su experiencia personal.</li> <li>Investiga nuevas ofertas educativas.</li> <li>Aplica su creatividad.</li> <li>Analiza su experiencia profesional.</li> </ul>	1	1	

Unidad didáctica: 02		Inserción laboral			Horas	
Contenidos						
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación	T	P
Identificar sus potencialidades para el negocio.	<b>03. ¿Soy emprendedor?:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Las características emprendedoras, personales (CEPs).</li> <li>Reglas del juego emprendedor.</li> <li>Iniciando una empresa o negocio propio.</li> <li>Es emprendedor como empleado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar mis características.</li> <li>Determinar mi potencial como emprendedor.</li> <li>Definir que es un emprendedor.</li> <li>Desarrollar un sociodrama sobre la iniciación de su propio negocio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Innovador: propone ideas nuevas.</li> <li>Responsable: tiene sentido del deber.</li> <li>Tomador de decisiones: asume riesgos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica sus potenciales personales como emprendedor.</li> <li>Define que es un emprendedor.</li> <li>Toma la decisión de formar su propia empresa.</li> <li>Es emprendedor en su puesto de trabajo.</li> </ul>	1	1
Aplicar las diversas herramientas en la búsqueda de empleo.	<b>04. ¿Cómo busco o encuentro un lugar de trabajo?:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fuentes de información sobre empleos disponibles.</li> <li>Medios para solicitar un empleo.</li> <li>La hoja de vida / currículum.</li> <li>La carta de presentación.</li> <li>La entrevista.</li> <li>Pruebas de selección</li> <li>El contrato de trabajo.</li> <li>Derechos laborales</li> <li>Obligaciones laborales</li> <li>Conflictos laborales.</li> <li>La ética laboral.</li> <li>Desigualdad de oportunidades y condiciones de trabajo.</li> <li>Trabajo Infantil.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Investigar la fuente de información sobre empleos.</li> <li>Aplicar estrategias en la búsqueda de empleo.</li> <li>Elaborar currículum u hoja de vida.</li> <li>Analizar los derechos y obligaciones del mundo laboral.</li> <li>Identificar situaciones de riesgo del mundo laboral.</li> <li>Aplicar pruebas para insertarse en el mercado laboral.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Puntual: cumple con sus obligaciones en el tiempo establecido.</li> <li>Honesto: es sincero consigo mismo y con los demás.</li> <li>Responsable: tiene sentido del deber.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Busca información en diferentes fuentes, Internet, avisos, periódicos, etc.</li> <li>Adopta una actitud positiva ante la búsqueda de trabajo.</li> <li>Elabora su hoja de vida.</li> <li>Realiza entrevista de trabajo.</li> <li>Describe los riesgos positivos y negativos del mercado laboral.</li> <li>Aplica pruebas de selección.</li> </ul>	1	3

Unidad didáctica: 03		Medición y conversión					
Objetivos de la unidad didáctica:		Al finalizar la unidad didáctica, las y los participantes serán capaces de calcular la medición y conversión en unidades de temperatura, volumen y peso, utilizando las herramientas y equipos adecuados en el uso y preparación de alimentos.					
Tiempos propuestos: 20 horas		Horas teóricas: 5		Horas prácticas: 15			
Contenidos						Horas	
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación		T	P
Utilizar los diferentes sistemas de medidas y costos en las preparaciones culinarias.	<b>01. Sistema de medidas:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepto.</li> <li>• Unidades de volumen y peso.</li> <li>• Unidades de área y longitud.</li> <li>• Sistema internacional e inglés.</li> <li>• Fórmulas de temperaturas:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Instrumentos de medición.</li> <li>- Termómetros.</li> <li>- Balanzas.</li> <li>- Tazas.</li> <li>- Cucharas.</li> </ul> </li> <li>• Costos de productos:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Materia prima.</li> <li>- Alimentos preparados.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Calcular conversiones y fórmulas.</li> <li>• Realizar mediciones con instrumentos de cocina.</li> <li>• Calcular costos de materia prima.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seguro: desarrolla su trabajo tomando las previsiones necesarias.</li> <li>• Preciso: es tenaz en las actividades que emprende.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interpreta y utiliza unidades de volumen y peso del sistema internacional y fórmulas de temperatura con precisión.</li> <li>• Mide volumen y peso con instrumentos de cocina, de manera precisa.</li> <li>• Calcula área y longitud con instrumentos de cocina.</li> <li>• Mide la temperatura de alimentos tomando en cuenta las medidas de seguridad.</li> <li>• Sigue instrucciones en la medición de ingredientes.</li> <li>• Calcula costos de los productos a realizar.</li> <li>• Aplica normas de higiene y seguridad.</li> </ul>		5	15

Unidad didáctica: 04		Windows y Microsoft Office básico				
Objetivos de la unidad didáctica:		Al finalizar la unidad didáctica, las y los participantes serán capaces de operar los programas de Windows y Microsoft Office de acuerdo a procedimientos técnicos.				
Tiempos propuestos: 60 horas		Horas teóricas: 22		Horas prácticas: 38		
Contenidos					Horas	
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación	T	P
Identificar los elementos y funciones de cada una de las partes de la computadora personal, así como el entorno del Sistema Operativo Windows.	<b>01. Teoría y conceptos básicos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Componentes de una PC.</li> <li>Físicos (<i>hardware</i>).</li> <li>Lógicos (<i>software</i>).</li> <li>Componentes y herramientas de Windows.</li> <li>Configuración.</li> <li>Carpetas y archivos.</li> <li>Explorador de Windows.</li> <li>Accesorios.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar las partes de la computadora.</li> <li>Utilizar los dispositivos básicos.</li> <li>Explorar los componentes de Windows.</li> <li>Configurar y personalizar Windows.</li> <li>Configurar archivos y carpetas.</li> <li>Explorar y manejar los elementos de Windows.</li> <li>Utilizar aplicaciones de Windows.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Iniciativa:</b> influye de forma activa sobre los acontecimientos, visión de oportunidad.</li> <li>Ordenado: aplica los procedimientos establecidos.</li> <li>Disciplinado: sigue orientaciones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Describe los componentes básicos del PC.</li> <li>Explica el procedimiento para crear carpetas y archivos.</li> <li>Explica el procedimiento para configurar y personalizar Windows en forma ordenada.</li> <li>Configura y personaliza Windows.</li> <li>Configura archivos y carpetas.</li> </ul>	3	4
Operar Microsoft Word en el trabajo utilizando textos, documentos, tablas, gráficos y combinación de correspondencia.	<b>02. Ingreso y edición de documentos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Formato.</li> <li>Corrección de texto y diseño de página.</li> <li>Tablas.</li> <li>Inserción e impresión.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Crear documento y editar texto.</li> <li>Aplicar formato de texto y párrafo.</li> <li>Aplicar corrector de texto y personalizar documento.</li> <li>Insertar tablas en un documento.</li> <li>Realizar impresión de documentos.</li> <li>Elaborar documento en Word.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ordenado: aplica los procedimientos establecidos en documentos</li> <li>Disciplinado: sigue orientaciones</li> <li>Meticuloso: con la ortografía y diseño profesional de los trabajos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Describe los componentes básicos del entorno de desarrollo de Word.</li> <li>Utiliza la rutina o procedimiento para aplicar formato básico al texto.</li> <li>Corrige el texto mediante las herramientas que proporciona el procesador de palabras.</li> <li>Explica el proceso de inserción de tablas e impresión y configuración de página del documento en forma ordenada.</li> </ul>	4	10

Unidad didáctica: 04		Windows y Microsoft Office básico			Horas	
Contenidos						
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación	T	P
Operar Microsoft Excel en el trabajo utilizando celdas, hojas de cálculo, funciones matemáticas y gráficos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>03. Introducción a Excel:</b></li> <li>• Edición de celdas.</li> <li>• Formato.</li> <li>• Inserción.</li> <li>• Fórmulas y funciones.</li> <li>• Impresión y complementos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crear y editar base de datos en una hoja de cálculo.</li> <li>• Aplicar formato.</li> <li>• Insertar fórmulas y funciones.</li> <li>• Realizar impresión y configuración de página</li> <li>• Crear gráficos.</li> <li>• Elaborar ejercicio final de Excel.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Iniciativa: influye de forma activa sobre los acontecimientos, visión de oportunidad.</li> <li>• Ordenado: aplica los procedimientos establecidos.</li> <li>• Disciplinado: sigue instrucciones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Describe los componentes básicos del entorno de desarrollo de Excel.</li> <li>• Aplica procedimiento eficiente para la edición y formato de celdas.</li> <li>• Utiliza fórmulas básicas para la optimización y proceso de información en forma meticulosa.</li> </ul>	4	8
Operar Microsoft PowerPoint en el trabajo elaborando diapositivas y presentaciones.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>04. Creación de presentaciones:</b></li> <li>• Presentación y animación.</li> <li>• Configuración y complementos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crear una presentación.</li> <li>• Personalizar, animar y aplicar efectos a la presentación.</li> <li>• Elaborar presentación final con complementos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ordenado: aplica los procedimientos establecidos.</li> <li>• Creativo: al desarrollar su trabajo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Describe los procesos para crear una presentación con iniciativa propia.</li> <li>• Elabora presentaciones animadas y con efectos.</li> </ul>	2	3
Hacer uso del Internet para el intercambio de información vía correo electrónico y comunicaciones en línea.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>05. Conceptos básicos de Internet:</b></li> <li>• Configuración de exploradores.</li> <li>• Navegación en Internet.</li> <li>• Creación de correos electrónicos.</li> <li>• Descargado de programas y documentos de Internet.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Navegar en Internet.</li> <li>• Enviar y recibir correspondencia.</li> <li>• Descargar documentos y programas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Iniciativa: ejerce influencia activa de los acontecimientos, visión de oportunidad.</li> <li>• Responsable: tiene sentido del deber</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Navega en Internet utilizando los exploradores actuales.</li> <li>• Envía y recibe correspondencia.</li> <li>• Descarga documentos y programas.</li> </ul>	2	3
Hacer uso de <i>software</i> de ingreso de órdenes.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>06. Software de ingreso de órdenes:</b></li> <li>• Navegación.</li> <li>• Lectura de órdenes</li> <li>• Tiempos de entrega según prioridad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejecutar ordenes realizadas por los clientes.</li> <li>• Cálculo de tiempos de entrega de órdenes a los clientes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ordenado: aplica los procedimientos establecidos.</li> <li>• Responsable: tiene sentido del deber.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realiza la entrega de órdenes en tiempo y forma.</li> <li>• Lleva control de órdenes según el ingreso del pedido.</li> </ul>	7	10

Unidad didáctica: 05		Inglés técnico					
Objetivo de la unidad didáctica:		Al finalizar la unidad didáctica, las y los participantes serán capaces de manejar el lenguaje técnico elemental de su ocupación en idioma inglés.					
Tiempos propuestos: 60 horas		Horas teóricas: 20			Horas prácticas: 40		
Contenidos						Horas	
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación	T	P	
Aplicar las estructuras básicas del inglés hablado y escrito.	<b>01. Estructura básica del idioma inglés:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alfabetos técnicos.</li> <li>• Consonantes, vocales y letras.</li> <li>• Mayúsculas y minúsculas.</li> <li>• Numeración.</li> <li>• Los colores.</li> <li>• Frases de conversación.</li> <li>• Uso de preposiciones.</li> <li>• Adjetivos.</li> <li>• Adverbios.</li> <li>• Artículos.</li> <li>• Comparativos.</li> <li>• Superlativo.</li> <li>• Nombres.</li> <li>• Sustantivos: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Singular.</li> <li>- Plural.</li> </ul> </li> <li>• Verbos: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Presente.</li> <li>- Pasado.</li> <li>- Progresivo.</li> <li>- Presente perfecto.</li> <li>- Pasado perfecto y aplicación de verbos auxiliares.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombrar en inglés las herramientas y maquinarias que existen en su taller.</li> <li>• Construir oraciones con verbos en pasado, presente y futuro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seguro: desarrolla su trabajo tomando las previsiones necesarias.</li> <li>• Comunicativo: tiene capacidad de escuchar y expresar mensajes.</li> <li>• Fluidez verbal: es capaz de expresar sus ideas de forma espontánea.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pronuncia correctamente en inglés cada nombre de las herramientas.</li> <li>• Utiliza correctamente los comparativos en inglés y construye oraciones con verbos en pasado presente y futuro.</li> </ul>	10	20	

Unidad didáctica: 05 Inglés técnico							
Contenidos						Horas	
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación	T	P	
Aplicar el vocabulario técnico elemental de su área básica.	<b>02. Vocabulario técnico elemental:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Terminología básica utilizada ocupacional en inglés.</li> <li>• Herramientas.</li> <li>• Equipo.</li> <li>• Diagramas.</li> <li>• Importancia.</li> <li>• Verbos.</li> <li>• Reglas de seguridad e higiene.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nombrar cada una de las herramientas que hay en su área de trabajo.</li> <li>• Interpretar diagramas aplicables al área.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responsable: tiene sentido del deber.</li> <li>• Comunicativo: tiene capacidad de escuchar y expresar mensajes.</li> <li>• Fluidez verbal es capaz de expresar sus ideas de forma espontánea.</li> <li>• Investigativo indaga sobre asuntos de su interés.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pronuncia correctamente las palabras en inglés.</li> <li>• Realiza las interpretación de palabras en inglés sin errores.</li> </ul>	10	20	

Unidad didáctica: 06		Equipos y herramientas de cocina				
<b>Objetivo de la unidad didáctica:</b>		Al finalizar la unidad didáctica, las y los participantes serán capaces de utilizar y dar mantenimiento básico al equipo generador de calor y frío y los utensilios / herramientas simples de cocina según instrucciones del jefe.				
<b>Tiempos propuestos: 24 horas</b>		Horas teóricas: 8		Horas prácticas: 16		
Contenidos					Horas	
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación	T	P
Identificar los diferentes equipos y herramientas utilizados en la cocina.	<b>01. Uso de equipo y herramientas de cocina:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Terminología.</li> <li>• Descripción.</li> <li>• Características.</li> <li>• Tipos: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo.</li> <li>- Herramientas.</li> <li>- Utilidades.</li> <li>- Aplicaciones básicas.</li> </ul> </li> <li>• Mantenimiento básico a los equipos y herramientas.</li> <li>• Limpieza y desinfección de los equipos y herramientas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los equipos y herramientas de cocina generadores de frío y calor.</li> <li>• Seleccionar y utilizar las herramientas adecuadas en la preparación de alimentos.</li> <li>• Realizar mantenimiento al equipo y herramientas utilizadas.</li> <li>• Realizar la limpieza y desinfección de equipo y herramientas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responsable: manejo y cuidado del equipo.</li> <li>• Seguro: en el manejo de herramientas y equipos.</li> <li>• Ordenado: en el puesto de trabajo.</li> <li>• Preventivo: ante situaciones peligrosas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Enlista y reconoce con certeza, los diferentes tipos de equipos y herramientas de cocina.</li> <li>• Menciona los usos correctos de los equipos y herramientas de cocina.</li> <li>• Realiza mantenimiento y limpieza a los equipos y herramientas de cocina según instrucciones del jefe.</li> <li>• Aplica medidas de seguridad e higiene.</li> </ul>	8	16

<b>Unidad didáctica: 07</b>		<b>Medidas de higiene, seguridad e inocuidad alimentaria</b>					
<b>Objetivos de la unidad didáctica:</b>		Al finalizar la unidad didáctica, las y los participantes serán capaces de aplicar las medidas de seguridad e higiene y de control de calidad con base en los requerimientos de la región sanitaria y el manual de instrucción con inocuidad alimentaria.					
<b>Tiempos propuestos: 37 horas</b>		Horas teóricas: 9			Horas prácticas 28		
<b>Contenidos</b>						<b>Horas</b>	
<b>Objetivos de aprendizaje</b>	<b>Saber</b>	<b>Saber hacer</b>	<b>Saber ser</b>	<b>Criterios de evaluación</b>	<b>T</b>	<b>P</b>	
Aplicar las medidas de higiene personal reflexionando sobre la importancia de la misma.	<b>01. Higiene personal:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Importancia.</li> <li>• Normas de higiene.</li> <li>• Tipos de productos para la higiene.</li> <li>• Técnicas para realizar la higiene personal.</li> <li>• Uniformes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar higiene personal.</li> <li>• Utilizar correctamente el uniforme.</li> <li>• Aplicar técnicas para higiene personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ordenado: aplica los procedimientos establecidos.</li> <li>• Responsable: tiene sentido del deber.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usa técnica adecuada.</li> <li>• Porta su uniforme limpio y correcto.</li> <li>• Realiza su aseo personal diario.</li> <li>• Aplica técnicas en la higiene personal.</li> <li>• Define la importancia de la higiene personal.</li> </ul>	1	3	
Aplicar las medidas de higiene en el puesto de trabajo reflexionando sobre la importancia de la misma.	<b>02. Higiene en el puesto de trabajo:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desinfección.</li> <li>• Tipos de productos de desinfección.</li> <li>• Manejo de desechos.</li> <li>• Técnicas de limpieza.</li> <li>• Tipos de materiales de limpieza.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desinfectar y limpiar su área de trabajo.</li> <li>• Eliminar desechos orgánicos y aprovechamiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seguro: desarrolla su trabajo tomando las previsiones necesarias.</li> <li>• Ordenado: aplica procedimientos establecidos.</li> <li>• Responsable: tiene sentido del deber.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desinfecta el área de trabajo.</li> <li>• Coloca los desechos en el lugar indicado.</li> <li>• Realiza actividades demostrando responsabilidad.</li> <li>• Define la importancia de higiene y desinfección del puesto de trabajo.</li> </ul>	2	4	

Unidad didáctica: 07		Medidas de higiene, seguridad e inocuidad alimentaria				
Contenidos					Horas	
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación	T	P
Aplicar las técnicas en el lavado y desinfectado de frutas y verduras.	<b>03. Técnicas de lavado y desinfectado de frutas y verduras:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Productos de desinfección.</li> <li>• Dosificación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lavar y desinfectar las frutas y verduras correctamente.</li> </ul>	<b>Responsable:</b> tiene sentido del deber <b>Seguro:</b> desarrolla su trabajo tomando las previsiones necesarias. <b>Honesto:</b> es sincero consigo mismo y con los demás.	Lava y desinfecta las frutas y verduras.  Desecha las frutas y verduras en mal estado utilizando normas de higiene y seguridad.	1	3
Aplicar medidas de seguridad en el manejo de equipo y herramientas a utilizar.	<b>04. Seguridad:</b> Uso y manejo del equipo eléctrico y de gas. Uso del horno, plancha y campana. Limpieza del horno. Medidas de seguridad personal en el puesto de trabajo.	Aplicar las medidas de seguridad en su trabajo cotidiano. Operar los equipos de cocina eléctricos o de gas en condiciones de seguridad. Revisar posibles fugas y fallas en el equipo eléctrico o de gas cumpliendo normas de seguridad.	<b>Seguro:</b> desarrolla su trabajo tomando las previsiones necesarias. <b>Ordenado:</b> aplica procedimientos establecidos. <b>Responsable:</b> tiene sentido del deber.	Verifica las válvulas del gas.  Limpia líquidos que se derraman.  Se transporta de manera segura dentro de la cocina.  Aplica medidas de seguridad al utilizar el equipo.	2	6

Unidad didáctica: 07		Medidas de higiene, seguridad e inocuidad alimentaria			Horas	
Contenidos						
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación	T	P
Recibir y almacenar materia prima aplicando los procedimientos establecidos.	<b>05. Control de calidad:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Factores ambientales de la bodega:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Temperatura.</li> <li>- Humedad.</li> <li>- Distribución.</li> <li>- Limpieza.</li> </ul> </li> <li>Recepción y almacenamiento de materia prima.</li> <li>Contaminación de los alimentos.</li> <li>Vencimientos de los productos.</li> <li>Características organolépticas de las frutas, carnes y verduras.</li> <li>Documentos utilizados en la recepción de los alimentos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Determinar los factores ambientales de la bodega.</li> <li>Clasificar la materia prima.</li> <li>Verificar las causas de contaminación y/o caducidad de la materia prima.</li> <li>Utilizar los formatos para la recepción de materia prima.</li> <li>Aplicar los formatos contables de inventarios.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Seguro: desarrolla su trabajo tomando las previsiones necesarias.</li> <li>Eficaz: al realizar los procedimientos establecidos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Limpia y ordena el lugar de almacenaje de los alimentos.</li> <li>Verifica la fecha de vencimiento de los alimentos, los clasifica y desecha.</li> <li>Evita contaminación cruzada.</li> <li>Llena los formatos a ser utilizados en la recepción de los alimentos respetando los procedimientos contables de inventarios.</li> <li>Actúa responsablemente en el desempeño de sus actividades.</li> </ul>	1	4

Unidad didáctica: 07		<b>Medidas de higiene, seguridad e inocuidad alimentaria</b>				
Contenidos					Horas	
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación	T	P
Realizar buenas prácticas de limpieza e higiene en la manipulación de los productos alimenticios.	<b>06. Prácticas correctas de higiene:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Manipulación.</li> <li>Almacenamiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Manipular los alimentos, aplicando las buenas prácticas de limpieza e higiene.</li> <li>Aplicar las buenas prácticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Responsable: tiene sentido del deber.</li> <li>Seguro: desarrollo de su trabajo.</li> <li>Eficaz: al realizar los procedimientos establecidos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Manipula los alimentos aplicando las buenas práctica estipuladas por el establecimiento.</li> <li>Aplica las buenas prácticas en la manipulación de alimentos estipuladas por el establecimiento</li> <li>Demuestra actitud de responsabilidad en el trabajo.</li> </ul>	1	4
Aplicar condiciones y prácticas de inocuidad para el manejo y la entrega de productos alimenticios.	<b>07. Pautas para mantener los alimentos inocuos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Limpieza.</li> <li>Separación.</li> <li>Cocimiento.</li> <li>Enfriamiento.</li> <li>Uso de formatos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aplicar formatos donde se establecen las condiciones de inocuidad de los alimentos.</li> <li>Identificar a través de una lámina ilustrada, las 5 claves de inocuidad de alimentos utilizadas por la establecimiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Responsable: tiene sentido del deber.</li> <li>Seguro: desarrollo de su trabajo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Explica quienes están obligados a aplicar buenas prácticas de manipulación de alimentos.</li> <li>Desarrolla un escrito en donde se determinen las responsabilidades de buenas prácticas en la manipulación de alimentos.</li> <li>Aplica las 5 claves de inocuidad de alimentos utilizando alimentos reales.</li> <li>Demuestra responsabilidad en el desarrollo de sus actividades estipuladas por el establecimiento.</li> </ul>	1	4

Unidad didáctica: 08		Materias primas y compras (productos culinarios)					
<b>Objetivos de la unidad didáctica:</b>		Al finalizar la unidad didáctica, las y los participantes serán capaces de aplicar los procedimientos de compra, la calidad de los productos y el correcto almacenamiento aplicando las normas de seguridad e higiene.					
<b>Tiempos propuestos: 10 horas</b>		Horas teóricas: 2		Horas prácticas: 8			
Contenidos						Horas	
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación	T	P	
Aplicar conocimientos de recepción y almacenamiento correcto de la materia prima a utilizar.	<b>01. Almacenamiento:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Recepción y almacenamiento de materia prima.</li> <li>Tipos de almacenamiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Clasificar la materia prima.</li> <li>Verificar fechas de caducidad de productos alimenticios.</li> <li>Almacenar la materias primas.</li> </ul>	Seguro: en el manejo de herramientas y equipos.  Ordenado: en el puesto de trabajo.  Preventivo: ante situaciones peligrosas.	Identifica los productos que se almacenan de acuerdo a su tipo.  Utiliza diferentes procedimientos para almacenar productos alimenticios.  Aplica normas de higiene y seguridad.	1	2	
Recibir y almacenar materia prima aplicando los procedimientos establecidos.	<b>02. Calidad del producto:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Factores ambientales de la bodega:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>Temperatura.</li> <li>Humedad.</li> <li>Distribución.</li> <li>Limpieza.</li> </ul> </li> <li>Causas de contaminación de los alimentos.</li> <li>Características organolépticas de las frutas, carnes y verduras para su compra.</li> <li>Documentos utilizados en la recepción de los alimentos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Determinar los factores ambientales de la bodega.</li> <li>Clasificar la materia prima.</li> <li>Verificar las causas de contaminación y/o caducidad de la materia prima.</li> <li>Utilizar los formatos para la recepción de materia prima.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Seguro: en el manejo de herramientas y equipos.</li> <li>Ordenado: en el puesto de trabajo</li> <li>Preventivo: ante situaciones peligrosas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verifica los equipos y bodegas que permiten el almacenamiento correcto de los alimentos.</li> <li>Limpia líquidos que se derraman dentro y fuera de la bodega.</li> <li>Aplica medidas de seguridad al utilizar el equipo.</li> <li>Identifica el producto de óptima calidad para su compra.</li> </ul>	1	6	

Unidad didáctica: 09		Alimentación y nutrición básica					
<b>Objetivo de la unidad didáctica:</b>		Al finalizar la unidad didáctica, las y los participantes serán capaces de aplicar las bases relacionadas con la alimentación y nutrición balanceada para cada tipo de cliente según su necesidad.					
<b>Tiempos propuestos: 10 horas</b>		Horas teóricas: 7			Horas prácticas: 3		
Contenidos						Horas	
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación	T	P	
Realizar las preparaciones culinarias según el tipo de necesidad del cliente, respetando el balance alimenticio, productos alérgenos, etc.	<b>01. Nutrición básica:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué es nutrición?</li> <li>• Concepto de necesidad.</li> <li>• Pirámide alimenticia.</li> <li>• Productos alérgenos.</li> <li>• Sustitutos alimenticios.</li> <li>• Nutrientes.</li> <li>• Aspecto nutricional de un menú (balance de menú).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir el concepto de necesidad.</li> <li>• Interpretar la pirámide alimenticia.</li> <li>• Definir productos alérgenos y sustitutos según género alimenticio.</li> <li>• Aplicar los nutrientes de cada género y producto alimenticio.</li> <li>• Balancear un menú de forma correcta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responsable: tiene sentido del deber.</li> <li>• Seguro: desarrolla su trabajo tomando las provisiones necesarias.</li> <li>• Honesto: es sincero consigo mismo y con los demás.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realiza platillos balanceados aplicando la pirámide alimenticia.</li> <li>• Identifica alimentos sustitutos cuando se enfrenta a un cliente alérgico.</li> </ul>	7	3	

Unidad didáctica: 10		Preelaboración y conservación de alimentos				
Objetivo de la unidad didáctica:		Al finalizar la unidad didáctica, las y los participantes serán capaces de conservar y preparar elaboraciones culinarias previas según instrucciones del cocinero, aplicando medidas de higiene y seguridad.				
Tiempos propuestos: 56 horas		Horas teóricas: 12		Horas prácticas: 44		
Contenidos					Horas	
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación	T	P
Realizar las pre elaboraciones culinarias, aplicando las normas de seguridad e inocuidad en la manipulación de alimentos.	<b>01. Manipulación de alimentos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Métodos de conservación de frutas y verduras.</li> <li>Técnicas de corte básico y especializado para frutas y verduras.</li> <li>Tiempo de cocción de verduras.</li> <li>Tipos de fondos.</li> <li>Bases para elaborar salsas básicas y derivadas.</li> <li>Cocinado y enfriado de pastas.</li> <li>Técnicas de cocción de arroz.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aplicar métodos de conservación de frutas y verduras.</li> <li>Ejecutar cortes básicos y decorativos de frutas y verduras.</li> <li>Determinar el tiempo de cocción en las verduras.</li> <li>Preparar pastas, salsas y fondos (caldo básico).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Responsable: manejo y cuidado del equipo.</li> <li>Seguro: en el manejo de herramientas y equipos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ejecuta los cortes básicos para frutas y verduras.</li> <li>Realiza cocción de verduras en el tiempo estipulado.</li> <li>Elabora salsas, fondos según recetas.</li> <li>Aplica normas de seguridad e higiene en la manipulación de alimentos.</li> </ul>	4	12
Realizar los diferentes tipos de cortes según las carnes aplicando normas de higiene y seguridad.	<b>02. Características organolépticas de las carnes:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Rojas.</li> <li>Blancas.</li> <li>Pescados y mariscos.</li> <li>Tiempos de corte.</li> <li>Tipos de cortes de carnes.</li> <li>Técnicas de deshuesados.</li> <li>Tipos de corte de pescados y mariscos.</li> <li>Tipos de marinado de carnes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cortar, despiezar, porcionar, deshuesar, albardar y marinar carnes rojas y blancas.</li> <li>Filetear, limpiar, conservar y marinar pescados y mariscos.</li> <li>Cocción de carnes, pescados y mariscos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Responsable: tiene sentido del deber.</li> <li>Seguro: desarrolla su trabajo tomando las previsiones necesarias.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza cortes de carnes y mariscos en tiempo y forma. estipuladas por el establecimiento</li> <li>Ejecuta los cortes básicos para carnes.</li> <li>Deshuesa aves según el procedimiento estipulado por el establecimiento.</li> <li>Realiza el marinado según instrucciones.</li> <li>Aplica normas de seguridad e higiene en la manipulación de alimentos.</li> </ul>	8	32

Unidad didáctica: 11		Técnicas culinarias					
Objetivo de la unidad didáctica:		Al finalizar la unidad didáctica, las y los participantes serán capaces de ejecutar los diferentes métodos de cocción de alimentos y presentación de platos terminados.					
Tiempos propuestos: 32 horas		Horas teóricas: 7		Horas prácticas: 25			
Contenidos						Horas	
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación		T	P
Realizar las cocciones de los alimentos crudos y/o pre elaborados de acuerdo a su método de cocción.	<p><b>01. Cocción de Alimentos:</b></p> <p>Género alimenticio.</p> <p>Método de cocción húmedo (expansión) carnes, pescados y mariscos.</p> <p>Método de cocción seco (concentración) carnes, pescados y mariscos.</p> <p>Método de cocción mixto (combinación) carnes, pescados y mariscos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir género alimenticio.</li> <li>Aplicar cada método de cocción.</li> <li>Realizar cocciones de alimentos de acuerdo a su método y género.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Proactivo: posee iniciativa propia.</li> <li>Iniciativa: ejerce influencia activa de los acontecimientos, visión de oportunidad.</li> <li>Responsable: tiene sentido del deber.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ejecuta los métodos de cocción de alimentos de acuerdo al tipo de comida.</li> <li>Aplica normas de seguridad e higiene en la manipulación de alimentos.</li> <li>Realiza procedimientos de cocción en tiempo y forma estipuladas por el establecimiento.</li> <li>Aplica el uso racional de los insumos (agua, luz y gas).</li> </ul>	6	20	
Colocar correctamente los alimentos según sus colores, formas y disposición en el plato.	<p><b>02. Presentación de platos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Disposición de formas y colores (colocación de los alimentos).</li> <li>Rosa monocromática (combinaciones de colores de los alimentos).</li> <li>Presentación de platos terminados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir rosa monocromática.</li> <li>Colocar los alimentos según su forma de composición básica, simétrica, asimétrica, rítmica, oblicua, en escala, piramidal, en cuadrado, circular y lineal.</li> <li>Limpiar y presentar platos terminados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Responsabilidad: tiene sentido del deber</li> <li>Limpio: desarrolla su trabajo con sentido de pulcritud.</li> <li>Iniciativa: ejerce influencia activa de los acontecimientos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dispone cada elemento del plato según su composición básica.</li> <li>Combina colores de alimentos de forma correcta y creativa.</li> <li>Revisa la limpieza del plato servido antes de entregar al cliente.</li> <li>Aplica normas de seguridad e higiene en la manipulación de alimentos.</li> <li>Realiza procedimientos de cocción en tiempo y forma estipuladas por el establecimiento.</li> <li>Aplica el uso racional de los insumos (agua, luz y gas).</li> </ul>	1	5	

Unidad didáctica: 12		Protección al medio ambiente				
Objetivo de la unidad didáctica:		Al finalizar la unidad didáctica, las y los participantes serán capaces de aplicar medidas de protección al medio ambiente en el área de la cocina.				
Tiempos propuestos: 20 horas		Horas teóricas: 9		Horas prácticas: 11		
Contenidos					Horas	
Objetivos de aprendizaje	Saber	Saber hacer	Saber ser	Criterios de evaluación	T	P
Aplicar correctamente las formas de manipular los desechos de la cocina separándola de acuerdo a tipos, utilizar racionalmente los recursos y trampas para grasa y su mantenimiento.	<b>01. Definición de protección medioambiental desde una cocina:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manejo adecuado de basura.</li> <li>• Reciclar, reutilizar, reducir (las 3R).</li> <li>• Uso racional de los insumos:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jabón.</li> <li>- Aceites.</li> <li>- Productos.</li> </ul> </li> <li>• Desecho de los residuos.</li> <li>• Uso racional de energía y gas.</li> <li>• Uso racional del agua.</li> <li>• Utilización de trampas grasas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir protección del medioambiente.</li> <li>• Separar los desechos del servicio de acuerdo al género.</li> <li>• Reciclar, reutilizar, reducir.</li> <li>• Aplicar el uso racional de los insumos y recursos utilizados dentro del establecimiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Limpio: desarrolla su trabajo con sentido de pulcritud.</li> <li>• Iniciativa: ejerce influencia activa de los acontecimientos, visión de oportunidad.</li> <li>• Responsable: tiene sentido del deber.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utiliza las 3R dentro de la cocina.</li> <li>• Separa los desechos y los coloca en el deposito apropiado.</li> <li>• Utiliza adecuadamente los recursos (agua, luz, gas, etc.).</li> <li>• Aplica tencas para desechar los tipos de residuos líquidos y solidos.</li> <li>• Desecha adecuadamente los residuos.</li> </ul>	5	5
Identificar los productos químicos y el manejo según fórmula.	<b>02. Tratamiento de residuos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Manejo de residuos y desperdicios.</li> <li>• Tipos de residuos generados.</li> <li>• Residuos sólidos y envases.</li> <li>• Emisiones a la atmósfera.</li> <li>• Vertidos líquidos.</li> <li>• Normativa aplicable sobre protección ambiental.</li> <li>• Otras técnicas de prevención o protección.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicar las anomalías surgidas y detectadas a lo largo del proceso de almacenamiento y proceder a la retirada de los productos afectados, siguiendo y realizando el control de la caducidad de los productos.</li> <li>• Etiquetar productos de limpieza.</li> <li>• Almacenar productos en el lugar indicado.</li> <li>• Desechar residuos adecuadamente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Honesto: es sincero consigo mismo y con los demás.</li> <li>• Responsable: tiene sentido del deber</li> <li>• Trabajo en equipo disposición de trabajar activamente en un grupo y de aceptar las ideas de otros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manipula los productos químicos con criterios de seguridad, caducidad, orden de consumo y protección medioambiental, conforme lo indicado en su etiqueta.</li> <li>• Maneja los desechos según clasificación establecida.</li> <li>• Aplica técnicas para desechar los tipos de residuos líquidos y sólidos.</li> <li>• Aplica criterios de clasificación y almacenamiento.</li> </ul>	4	6

## ***VII. Estrategias metodológicas para el planeamiento didáctico***

### **Estrategias de enseñanza aprendizaje:**

Las estrategias de enseñanza aprendizaje recomendadas para contenidos del área cognoscitiva son:

- Exposición del facilitador con intervención activa de las y los participantes.
- Trabajos grupales e individuales.
- Estudio de casos.
- Sociodramas.
- Autoevaluaciones.
- Laboratorios prácticos.
- Ejercicios prácticos en la empresa.
- Pasantías.
- Juego de roles.
- Dinámicas de grupo.
- Lluvias de ideas.
- Debates.

### **Ambiente de formación:**

- Espacio pedagógico indicado, iluminación y ventilación adecuada.
- Mesas.
- Sillas.
- Escritorio para el facilitador.

### **Prácticas de taller**

- Ambientes con superficie mínima para 20 participantes.
- Iluminación natural y artificial.
- Ventilación natural o sistema de aire acondicionado.

## Requerimientos del curso

### Lista Maestra de Recursos

Herramientas y utilería

- Lápices
- Cartulina
- Marcadores permanentes y no permanentes: azul, rojo y negro
- Papel bond tamaño carta y oficio
- Borrador para pizarra
- Herramientas de cocina
- Utensilios de cocina
- Cuchillos
- Ollas
- Tabla de picar
- Horno
- Estufas eléctricas y de gas
- Ingredientes
- Verduras y frutas
- Carnes rojas y blancas
- Mariscos y pescados

### Medios didácticos

- Pizarra
- Equipo de computación
- Proyector de multimedia
- Pantalla o pared adecuada para la proyección

## Glosario

**Actitud:** La actitud es una forma de actuar de la persona, el comportamiento que emplea el individuo para hacer las cosas.

**Albardar:** Envolver un trozo de carne, de ave o de pescado con una loncha de tocino para que resulte jugoso y no se reseque durante la cocción.

**Alérgenos:** El Fondo en la cocina profesional es un caldo básico que se elabora como primer paso de una preparación.

**Cocción:** Proceso mediante el cual los alimentos se preparan con la ayuda de la acción térmica (calor), estos experimentan cambios físicos y químicos que involucran alteraciones en su aspecto, textura, composición química, sabor y valor nutritivo, todo con la función de convertirlos en algo comestible.

**Contaminación de los alimentos:** Es cuando los alimentos presentan sustancias extrañas o indeseables y pueden modificar las características naturales de los alimentos, alterando el producto original o acortando su vida útil.

**Control de calidad de alimentos:** Es el hacer, verificar y actuar permitiendo la estandarización de los procesos y dando la oportunidad de mejorar continuamente de acuerdo a los parámetros máximos y mínimos establecidos por las normas reguladoras.

**Chafing dish:** El arte de mantener la temperatura en los buffets a su disposición

**Ética:** Es una rama de la filosofía que se ocupa del estudio racional de la moral, la virtud, el deber, la felicidad y el buen vivir, requiere reflexión y argumentación.

**Equidad:** Cualidad de dar a cada uno (a) lo que se merece.

**Equipo de cocina:** Toda la dotación utilizada en una cocina para elaborar las preparaciones que se realizan en la misma.

**Higiene de los alimentos:** Es aplicar las medidas necesarias para garantizar que los alimentos no se contaminen y así conservar la salud de quienes los consumen.

**Igualdad:** El principio de igualdad ante la ley establece que todos los seres humanos somos iguales ante la ley sin que existan privilegios.

**Manipulación de alimentos:** Es tratar, operar, los alimentos con las manos u otro instrumento.

**Moral:** Son las reglas o normas por las que se rige la conducta o el comportamiento de un ser humano en relación a su actuar.

**Organoléptico:** Son todas aquellas descripciones de las características físicas que tiene la materia en general, según las pueden percibir los sentidos ejemplo: sabor, textura, olor, color.

**Proyecto:** Es una planificación que consiste en un conjunto de actividades que se encuentran interrelacionadas y coordinadas. La razón de un proyecto es alcanzar objetivos específicos.

**Trampas para grasa:** es un dispositivo especial que generalmente se utiliza para separar los residuos sólidos y las grasas que bajan por los artefactos de lavado y de preparación de alimentos en restaurantes, hoteles, negocios de comidas rápidas, plantas de producción y en diferentes aplicaciones y procesos industriales. Esto con el fin de proteger las instalaciones sanitarias.

# Anexo

## 1. Disposiciones para la aplicación del programa

- El Instituto Nacional de Formación Profesional, INFOP, debe capacitar a sus instructores para implementar en todo su contenido este programa de formación, especialmente en aquellas áreas que no son de su dominio. Este entrenamiento estará basado en un estudio de necesidades de capacitación previamente realizado.
- Por su organización el programa podrá ser ofertado en diferentes formas de entrega de la formación y certificación en el INFOP, sin que se pierdan los objetivos finales.
- Para la implementación del programa preferiblemente se deberá realizar un diagnóstico zonal, a fin de detectar las necesidades reales de capacitación existentes, y con base en esto hacer la planificación de actividades y así asegurar el desarrollo y éxito del programa.
- Con el fin de formar un programa acorde con el conocimiento y grado de experiencia que posee una persona o grupo de ellas, se practicará una prueba diagnóstico que permita utilizar el módulo completo o parte de él, de acuerdo con el principio de flexibilidad que posee el programa.
- Este programa puede ser sujeto a modificaciones y ampliaciones en su contenido de acuerdo con los avances de la tecnología, pero estas no podrán hacerse en forma unilateral por los instructores, sino de común acuerdo con la División Técnico Docente del INFOP.
- El instructor responsable de desarrollar este programa, debe asegurarse de que todo el contenido de las unidades didácticas sea comprendido y dominado en forma correcta por las y los participantes, antes de pasar a las unidades didácticas siguientes y así hasta concluir el programa.
- Se establece un tiempo previsto para la ejecución de los contenidos, lo que no obliga al instructor a dar por terminada la formación capacitación si no tiene la garantía de que todos los y las participantes han aprendido correctamente todas las unidades didácticas del programa.

- Para la evaluación del aprendizaje, los instructores del área en forma conjunta y con suficiente anticipación a la práctica de las pruebas, deberán elaborar los instrumentos necesarios y reales de acuerdo al tema a evaluar.
- Para que se realice correctamente el proceso de enseñanza aprendizaje y se logren los objetivos propuestos, los instructores deberán contar con todos los recursos didácticos, como pizarrón, computadora, proyector multimedia, manuales de instrucción, equipo, herramientas y materiales, etc.
- El instructor preparará un plan de trabajo basado en el contenido del programa, así como un presupuesto de los materiales necesarios para la ejecución de los trabajos prácticos de las y los participantes.
- El instructor debe llevar un registro individual del avance de cada participante, por módulo, para efectos de la certificación.
- Los contenidos modulares sujetos a cambio o sustitución de las tareas por otras, serán factibles siempre y cuando no cambie su contenido operacional y conocimientos, al efectuarse la permuta.
- En primera instancia el jefe inmediato será el responsable de la supervisión de actividades que los instructores realicen, en la aplicación de este programa.
- Para fines de control y certificación, los instructores se devienen obligados a utilizar correctamente toda la documentación técnico docente y presentarla en forma de una carpeta del instructor, cuando sea requerido para ello por la autoridad competente.
- Para un desarrollo de aprendizajes afectivos de los contenidos de este programa curricular, se recomienda que quien lo aplique no dirija más de 20 participantes en eventos presenciales y hasta 30 en eventos semipresenciales o totalmente a distancia.

## 2. Lista de materiales, equipos y herramientas a usar

Nombre	Especificaciones	Unidad	Cantidad		Uso		Total
			Inst.	Curso	Ind.	Col.	
<b>Uniformes</b>							
Uniforme		c/u		20	X		20
Gabacha	Blanca	c/u	1	20	X		21
Redecilla	Negra	c/u	1	20	X		21
Zapato	Negro	c/u	1	20	X		21
<b>Seguridad e higiene</b>							
Botiquín	Primeros auxilios	c/u		1		X	1
Extintor	Contra incendios	c/u		1		X	1
<b>Equipo</b>							
Estufa		c/u		1		X	1
Refrigeradora		c/u		1		X	1
Microonda		c/u		1		X	1
Olla de presión		c/u		1		X	1
Percoladora		c/u		1		X	1
Licuada		c/u		1		X	1
Procesador de alimentos		c/u		1		X	1
Plancha		c/u		1		X	1
Anafre		c/u		1		X	1
Mesa de trabajo		doc		6		X	6
Cuchillo	Varios tamaños	c/u		1		X	1
Lima	Para afilar	c/u		1		X	1
Calienta platos	Eléctrico	c/u		1		x	1
Rechaud (infernillo)	Con gas butano	c/u		2		x	2
Sauteuse (sartén)	De cobre	c/u		2		x	2
Chafing-dish	Rectangulares acero inox.	c/u		3		x	3

**Inst.:** Instructor • **Ind.:** Individual • **Col.:** Colectivo

Nombre	Especificaciones	Unidad	Cantidad		Uso		Total
			Inst.	Curso	Ind.	Col.	
Molinillo	Para pimienta	c/u		2		X	2
Cestilla para pan	De mimbre	c/u		6		X	6
Cestilla para vino	De mimbre	c/u		6		X	6
Recoge migas	De cepillo	c/u		2		X	2
Trapeador	Con palo y mecha	c/u		2		X	2
Balde	Con exprimidor	c/u		2		X	2
Depósito	Basura	c/u		2		X	2
Recogedor	Basura	c/u		2		X	2
Cepillo	Cerdas	c/u		2		X	2
Espátula	Metálica	c/u		2		X	2
Guantes	Hule	c/u		6		X	6
<b>Materia prima</b>							
Detergente	En polvo	libra		1		X	1
Detergente	Líquido	galón		1		X	1
Cera	Líquida	galón		½		X	½
Pulidor	Metales	galón		½		X	½
Pulidor	Muebles	galón		½		X	½
Servilleta	Celulosa (100 Ud.)	paquete		4		X	4
Posa vasos	Celulosa (100 Ud.)	paquete		2		X	2
Blocks	Requisición o pedido	c/u		6		X	6
Blocks	Cambio de ropa lavandería	c/u		6		X	6
Algodón	Paquete	c/u		1		X	1
Alcohol	De quemar	galón		2		X	2
Limpiones	De tela	yarda		5		X	5
Aceite	Para ensaladas	galón		½		X	½
Vinagre	Para ensaladas	galón		½		X	½
Salsa de tomate	8 onzas	bote		6		X	6
Salsa inglesa	8 onzas	bote		6		X	6
Salsa picante	4 onzas	bote		6		X	6
Mostaza	4 onzas	bote		6		X	6
Sal	Refinada	libra		2		X	2
Pimienta	Molida	libra		1		X	1

Nombre	Especificaciones	Unidad	Cantidad		Uso		Total
			Inst.	Curso	Ind.	Col.	
Pimienta	En grano	libra		1		x	1
Servilleta	Celulosa	paquete		4		x	4
Palillo	Caja	c/u		2		x	2
Pan	Bollitos	c/u		80		x	80
Mantequilla	En pastilla	libra		1		x	1
Agua mineral	Embotellada	botella		40		x	40
Vino blanco	Embotellado	botella		10		x	10
Vino tinto	Embotellado	botella		10		x	10
Cava	Embotellado	botella		10		x	10
Sopas	Preparaciones varias	galón		2		x	2
Crema	Preparaciones varias	galón		2		x	2
Consomé	Preparaciones varias	galón		2		x	2
Arroz	Preparaciones varias	libra		6		x	6
Pasta	Preparaciones varias	libra		6		x	6
Huevo	Preparaciones varias	docena		3		x	3
Pescado	Preparaciones varias	libra		6		x	6
Aves	Preparaciones varias	libra		6		x	6
Carnes	Preparaciones varias	libra		6		x	6
Repostería	Preparaciones varias	libra		6		x	6

Nombre	Especificaciones	Unidad	Cantidad		Uso		Total
			Inst.	Curso	Ind.	Col.	
<b>Desepinados, trinchados y flameados</b>							
Róbaló	Parrilla	c/u	1	20		x	20
Corvina	Horno	c/u	1	20		x	20
Camarones	Cocidos	c/u	3	60		x	60
Langostas	Cocidas o parrilla	c/u	1	20		x	20
Pollo	Asado	c/u	1	20		x	20
Pavo	Horno	c/u	1	3		x	3
Roast-beef	Horno	libra		4		x	4
Chateaubriand	Parrilla	libra		5		x	5
Huevos	Frescos	docena		2		x	2
Aceite	Para ensaladas	galón		½		x	½
Queso	Roquefort	libra		2		x	2
Mostaza	Francesa (marrón)	bote		4		x	4
Salsa tomate	Catsup	bote		3		x	3
Brandy	Destilado	botella		1		x	1
Naranja	Del tiempo	libras		12		x	12
Banana	Del tiempo	libras		10		x	10
Piña	Del tiempo	libras		10		x	10
Melón	Del tiempo	libras		10		x	10
Manzana	Del tiempo	libras		6		x	6
Lechuga	Del tiempo	c/u		10		x	10
Anchoas	En salazón	latas		6		x	6
Costrones	Dados de pan frito	libra		1		x	1
Camarones	Frescos	libra		3		x	3
Entrecote	Fresco	libra		8		x	8
Mantequilla	En pastilla	libra		2		x	2
Chalota	Fresca	libra		2		x	2
Nata líquida	Fresca	galón		½		x	½
Demi-glasé	De cocina	galón		½		x	½
Champiñones	Frescos	libra		1		x	1
Obleas	Crepes	c/u		45		x	45
Limonos	Frescos	libra		2		x	2
Brandy	Aguardiente	botella		1		x	1
Cointreau	Licor	botella		1		x	1
Azúcar	Blanca	libra		3		x	3

# *Direcciones*

**INFOP – Tegucigalpa**

Bulevar Centroamérica, frente entrada colonia Miraflores  
Apartado postal 3235 Tegucigalpa, M.D.C. Honduras  
Tel.: 2230-2433 / 2230-2914 / 2230-2088  
Fax: 2230-0679

**INFOP – San Pedro Sula**

Zona el Cacao, 35 calle, 3ra. avenida, sureste  
5 cuadras después de la Toyota (Corporación Flores),  
Apartado postal 849, San Pedro Sula, Cortés  
Tel.: 2556-8233  
Tel/Fax: 2556-7799

**INFOP – La Ceiba**

Prolongación Bulevar 15 de Septiembre,  
La Ceiba, Atlántida  
Tel.: 2441-0504 / 2441-0414  
Tel./fax: 2441-0307

**INFOP – San Lorenzo**

Barrio Altos de la Cruz, siguiendo la carretera  
Panamericana, antes de las bodegas de la PEPSI  
San Lorenzo, Valle  
Tel./Fax: 2881-2954