PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE

- Denominación del Programa de Formación: COCINA BASICA NIVEL 1
- Código del Programa de Formación: 63550051
- Nombre del Proyecto Formativo (si aplica):
- Fase del Proyecto (si aplica):
- Actividad de Proyecto Formativo (si aplica):
- Competencia: 260201008 CONTROLAR EL MANEJO DE LAS MATERIAS PRIMAS CONFORME A PARÁMETROS DE CALIDAD Y RENTABILIDAD. (EQUIVALE A LA NORMA NTS USNA 003 DEL MINCOMERCIO, INDUSTRIA Y TURISMO)
- Resultados de Aprendizaje:
- ALMACENAR MATERIAS PRIMAS TENIENDO EN CUENTA APLICAR CORRECTIVOS EN LOS MÉTODOS DE CONSERVACIÓN.
- ELABORAR PREPARACIONES BÁSICAS DE ACUERDO CON LA RECETA ESTÁNDAR, DE ACUERDO CON LOS REQUERIMIENTOS DEL SERVICIO, LOGRANDO ASÍ LOS ESTÁNDARES ESTABLECIDOS POR LA EMPRESA.
- Duración de la Guía de Aprendizaje (horas): 40 horas

2. PRESENTACIÓN

Campesena es una estrategia que a través del Sena busca ayudar al campesino para emprender, fortalecer su economía, tener facilidad de acceso a diferentes programas y servicios de este, promoviendo, ayudando y reconociendo su labor en el campo, sin perder su tradición culinaria teniendo en cuenta sus productos que cosechan. El campesino a la hora de cocinar prepara sus alimentos con ingredientes frescos y de la localidad, implementando todo el manejo de sus técnicas de cocción, platos sencillos y nutririvos, uso de la tierra y cría de animales. Tambien busca destacar la importancia de la comida como parte de la identidad cultural, transmisión de recetas de generación en generación, el uso de sus utensilios y herramientas tradicionales en la gastronomía.

3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

3.1 Actividad de Reflexión Inicial: COCINA BASICA

Descripción de la actividad: Reflexionar sobre las siguientes imágenes





1. ¿Con qué imagen se identifica más y porqué?
2. ¿Qué sensación le produce ambas imágenes y porqué?
3. ¿Por que es importante la presentación de un plato en un restaurante?
4. ¿Qué elementos se deben considerar al preparar un plato?
5. ¿Qué papel juega la creatividad y la originalidad de la presentación de un plato?

De acuerdo a las brigadas de cocina, analicen estas preguntas y socialicen con los compañeros

Ambiente requerido: Cocina dotada de los utensilios básicos

Estrategias o técnicas didácticas activas: Conversatorio dirigido

Materiales de formación: Insumos de materia prima

Material de apoyo: Imágenes de referencia

Duración de la actividad: 3 0 M I N U T O S .

3.2 Actividades de contextualización e identificación de conocimientos necesarios para el aprendizaje:

RECETA ESTANDAR	Conjunto de técnicas, recetas e ingredientes que se han transmitido a lo largo de generaciones. Es una forma de cocinar que refleja la identidad cultural de un grupo de personas.
MISE-EN-PLACE	“se le llama aquellos platillos con características especiales y únicas que se tienden a realizar con frecuencia en un lugar”.
GASTRONOMIA ANCENTRAL	Persona que crea un negocio relacionado con la gastronomía en una zona rural.
GASTRONOMIA TRADICIONAL	Es un formato preciso que detalla ingredientes, cantidades y pasos, garantizando que cada plato se sirva con la misma calidad y sabor en cada ocasión.
EMPLATAR	Implica la preparación previa y la disposición ordenada de ingredientes, utensilios y equipos antes de comenzar la elaboración de platos. Este concepto se extiende más allá de la cocina, abarcando la planificación de menús, la selección de insumos frescos y la anticipación de las necesidades del servicio.
EMPRENDEDOR GASTRONOMIA RURAL	Conjunto de técnicas culinarias, preparaciones, producción, procesado y consumo de alimentos y bebidas que se transmiten de generación en generación.
SEGURIDAD ALIMENTARIA	Características físicas de la materia que se puede percibir con los sentidos.
GASTRONOMIA TIPICA	Estado en el cual todas las personas gozan, en forma oportuna y permanente, de acceso físico, económico y social a los alimentos que necesitan, en cantidad y calidad.
UTENSILIOS DE COCINA	Es la acción de colocar la comida en el plato antes de presentarla a los comensales
EQUIPOS DE COCINA	Herramientas manuales que se usan para preparar y servir alimentos.
CARACTERISTICAS ORGANOLÉPTICAS	Utensilios Y electrodomésticos que se usan para preparar, cocinar y guardar alimentos.

Descripción de la actividad:

Apreciado aprendiz, De acuerdo al juego didáctico, se conformarán dos grupos para responder preguntas aleatorias y ganan premios al grupo ganador.

Como jugar

1. Un integrante de cada grupo recibe una pregunta aleatoria
2. El grupo deberá buscar la respuesta correcta que se encontrará pegadas en un tablero
3. Si responden correctamente van sumando puntos
4. Si responden incorrectamente, perderán una oportunidad
5. Al final se sumarán los puntos de cada grupo y el premio quedara en el grupo que mayor puntaje obtenga.

Ambiente requerido: Cocina dotada de los utensilios básicos

Estrategias o técnicas didácticas activas: juegos didácticos,

Materiales de formación: Insumos de materia prima

Material de apoyo: Material impreso

Duración de la actividad: 4 horas.

3.3 Actividades de apropiación:

Llamamos técnicas culinarias al conjunto de procesos que aplicamos a los alimentos para conservarlos y hacerlos digeribles y sabrosos. Esto incluye desde las preparaciones previas en frío, como la limpieza, hasta la cocción.

Los aprendices organizados en grupos de trabajos, realizaran una clasificación de los alimentos de acuerdo a las normas técnicas.

Según el consenso general del grupo, los aprendices deben llevar a la práctica la actividad de la clasificación de los alimentos y explicarlo por medio de una exposición basado en problemas.

En esta actividad, los aprendices después de realizar la clasificación de los alimentos, se procede con la práctica de Cortes, Fondos y Roux.

Allí se práctica las diferentes maneras de realizar cortes

1. **CORTES BÁSICOS EN COCINA**

Diferentes maneras de cortar con un cuchillo o elementos afilados los alimentos, especialmente vegetales, frutas también quesos y algunas carnes.

Los cortes sirven para agilizar procesos y minimizar tiempos, también sirven para presentar bien los platos a la hora de servir.

Actividad 1: Realizar cortes básicos en cocina



Objetivo: Se requiere realizar cortes para minimizar tiempos en la preparación de los alimentos, utilizando las diferentes técnicas de cortes.

1. De acuerdo a la actividad realizada, comentar la experiencia de los diferentes tipo de cortes y socializarlo con sus compañeros

2. FONDOS Y ROUX

Son jugos perfumados más o menos concentrados en perfumes color y consistencia que constituyen la base de diversos tipos de cocciones como escalfados, gelatinas y principalmente, salsas.

En la elaboración de los fondos se utilizan huesos, espinas y vegetales, con lo que se consiguen un sabor intenso.

Existen varios tipos de fondos:

-Fondo blanco o de aves

-Fondo oscuro

-Fumet o fondo de pescado

-Fondo de verduras

En los fondos se debe tener en cuenta

-Medidas (no se debe hacer a ojo)

-Etapas (tiempo de realización, tostado de huesos, cocción, o espumado)

-Enfriado (Se debe realizar bien el proceso ya que afectará el sabor y la calidad del fondo)

3. ROUX

Es una masa cocida de harina y mantequilla que se utiliza para elaborar y ligar distintas salsas.

El proceso se trata de calentar mantequilla hasta derretir y luego añadir harina por partes iguales y remover hasta que se mezcle cocinado durante varios minutos, con este proceso se logra eliminar el sabor a harina cruda.

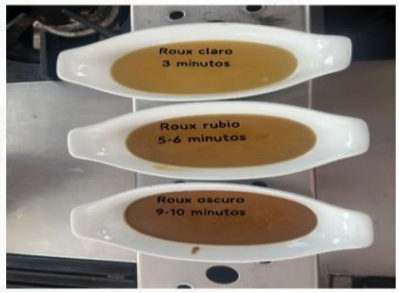
Existen tres tipos de roux que se diferencian por su color

-Roux blanco se cocina entre 2 a 3 minutos, es la base para elaborar salsas blancas

-Roux Rubio se cocina entre 4 a 5 minutos, es la base para elaborar velouté con caldos de aves, pescado o res.

Roux oscuro se cocina entre 6 a 8 minutos es de color de marrón oscuro, es la base para la salsa española.

Para conservar el roux se puede llevar a congelación



Actividad 2: Realizar Fondos y Roux

Objetivo: De acuerdo a las imágenes prepare los cuatro tipos de fondos y el roux, teniendo en cuenta las medidas, etapas y enfriado 1. Comparta con sus compañeros la experiencia en la realización de esta actividad.

3. PREPARAR SALSAS MADRES

Es una salsa que sirve como base para una amplia gama de salsas derivadas, muchas de ellas se elaboran con un roux que sirve para ligar o espesar y un fondo ya sea claro u oscuro. También existen las salsas emulsionadas como la mayonesa preparada con huevo y aceite y salsas como la bechamel que se realiza con leche.

Salsa bechamel

Salsa criolla

Salsa española

Salsa pomodoro

Salsa mayonesa

Salsa velouté

Salsa bechamel

4. PREPARAR SALSAS DERIVADAS

Son aquellas que se preparan a partir de una salsa madre, salsa básica o salsa primaria.

En estas salsas se le agrega otro ingrediente extra a la salsa principal y se obtiene otra.

Algunas salsas derivadas:

Salsa alioli
Salsa boloñesa
Salsa de champiñones
Salsa verde
Salsa alemana

Actividad 3: Realizar salsas madres y salsas derivas
Salsas Madres  **Salsas Derivadas**    
Objetivo: Preparar las salsas de acuerdo con los fondos y roux realizados en formaciones anteriores 1. Comparta con sus compañeros la experiencia en la realización de esta actividad.

5. REALIZAR ARROCES

Se trata de un cereal considerado alimento básico de muchas culinarias, así como en algunas partes de América Latina. El arroz es el segundo cereal más producido del mundo, detrás del maíz.

Hay muchas técnicas de preparar el arroz las cuales podemos adaptar a nuestros ingredientes locales para fortalecer nuestra gastronomía típica, entre ellas tenemos las siguientes:

Arroz salteado (arroz con pollo)
Arroz compuesto (arroz mixto)
Arroz cremoso (arroz atollado)
Arroz paella (arroz con camarones)
Arroz sushi (preparado con ingredientes locales como el plátano o el chicharrón)
Arroz al horno Arroz al Vapor (arroz en hojas de bijao o congó)
Arroz caldoso entre otros (arroz encocado)

Actividad 4: Preparación de arroces





Objetivo: Se requiere preparar diferentes tipos de arroz, teniendo en cuenta las técnicas de cortes, salteados, preparación de salsas, cocción de huevo, camarones, clasificación de arroces. Realizar la receta estándar de cada preparación de arroz

SENA QUINDIO - ESCUELA DE GASTRONOMIA
RECETA ESTANDAR

NOMBRE DE LA RECETA:

#PORCIONES:	RENDIMIENTO TOTAL:	PESO X PORCIÓN:
TIEMPO DE VIDA ÚTIL		
TIEMPO PREPARACION		
EQUIPOS UTILIZADOS		
ALMACENAMIENTO		
BALANCE NUTRICIONAL	CALORIAS:	CARBOHIDRATOS:
	PROTEINAS:	GRASAS:

INGREDIENTES	CANTIDAD

PROCEDIMIENTOS

6. PREPARAR CARNES

METODO: SOFREIR, DORAR

Se le da el nombre de carne de res a la que hace referencia a la vaca, pero también al toro y al becerro. En general, al ganado vacuno.

ALMACENAMIENTO

Guardar la carne en la parte donde el aire acondicionado está más concentrado y se puede conservar mejor.

En cualquier caso, se recomienda almacenar la carne comprada por peso en recipientes limpios y herméticos. No es buena idea dejar la carne en un plato, hay que proteger la carne del contacto con el aire para evitar la contaminación y oxidación prematura. Además, evitar olores desagradables.

Otra norma importante es no colocar los alimentos frescos (como la carne, pescado, verdura, etc.) al lado o en contacto con alimentos ya cocinados o listos para su consumo, para evitar la posible transferencia de microorganismos.

Cuando se rompa la atmósfera protectora, se debe consumir la carne lo antes posible. No utilizar papel de aluminio para guardar alimentos en el frigorífico porque será difícil sacarlos.

Los productos cárnicos envasados en bandejas o al vacío se pueden almacenar de esta manera para una mejor conservación.

Las técnicas más usadas a la hora de preparar carne de res de primera son las siguientes:

Sellado. La carne debe ponerse al fuego durante 3 minutos para sellarse en el exterior adquiriendo un color café, mientras que su interior queda completamente rojo. El centro de la carne puede alcanzar los 55 grados.

Término medio. También conocido como carne al punto, la principal característica es que el centro comienza a tomar color rosáceo y no tan rojo. Su exterior y orillas presentan mayor cocción, ya que están expuestas al fuego durante 9 minutos aproximadamente. Conserva un buen nivel de jugosidad y está cocida en un 70%, por lo que es la preferida de muchas personas.

Tres cuartos. El centro de la carne conserva sólo una línea rosácea, mientras que el exterior es completamente café, sin embargo, aún conserva cierta cantidad de jugo que le proporciona un sabor característico. El tiempo que debe pasar en la parrilla es de 10 minutos.

Bien cocido. Pasa en la plancha o parrilla alrededor de 11 o 12 minutos, suficiente tiempo para que su centro cambie a marrón, mientras que sus orillas y todo el exterior se cuecen perfectamente. Pierde su jugosidad, por lo tanto, también un poco de sabor y la carne se endurece un poco, aunque no dudes en que alguno de tus invitados te pida este tipo de cocción.

CARNE DE CERDO

CERDO EN SALSA AGRIDULCE

METODO: FREIR, SALTEAR

La carne de cerdo es saludable y puede ser incluida dentro de un plan de alimentación saludable 1- 2 veces por semana (alternando con otras carnes) eligiendo los cortes magros y quitando la grasa externa visible.
Además, proporciona vitamina B6, vitamina B12, tiamina, niacina, riboflavina, entre otros que son beneficiosos para el crecimiento y desarrollo de niños y adultos. La carne de cerdo es un elemento importante para mantener una dieta saludable ya que es carne rica en nutrientes.

A la hora de cocinar cerdo debemos de tener en cuenta estos requisitos:
El cerdo se debe cocinar por completo y no se debe servir nunca con falta de cocción o incluso rojizo.
El cerdo de buena calidad es de color rosa pálido y tiene una textura fina. La grasa debe ser blanca con un tinte pálido y la piel rosa.

ALMACENAMIENTO

La carne de cerdo cruda aguanta congelada hasta seis meses. Sin embargo, cuando se congela ya cocinada, puede mantenerse en perfectas condiciones hasta 12 meses.

Hay que tener en cuenta que los congeladores caseros no realizan el proceso al igual que los industriales, por lo que la carne puede perder propiedades.

La carne de cerdo se puede conservar en el congelador a una temperatura de 18° hasta cuatro meses si son piezas medianas o grandes y dos meses para carne picada.

CARNE DE POLLO

La carne de pollo es fuente importante de nutrientes como proteínas, lípidos, vitamina 3 y minerales como calcio, hierro, zinc, sodio, potasio y magnesio. De fácil digestión. La mayor parte de la grasa corporal del pollo se encuentra en la piel, por lo que al retirarla se reduce el consumo de grasa.

Cocinar el pollo en la temperatura adecuada no es solo una sugerencia, también es una cuestión de seguridad alimentaria, ya que el pollo poco cocinado puede provocar una infección por salmonela. Por lo tanto, hay que asegurarse de que el pollo alcance a temperatura interna adecuada para evitar enfermedades.

ALMACENAMIENTO

Al momento de **almacenar** el pollo en el refrigerador, es importante evitar que los líquidos o jugos que suele escurrir la **carne** de pollo entren en contacto con otros alimentos, ya que podrían contaminarlos. Por lo tanto, no se recomienda guardar el pollo en **bolsas** comunes, pues suelen ser muy delgadas (con facilidad para rasgarse o romperse) y no quedan bien cerradas por más que le hagamos nudo.

Actividad 5: Preparación de carnes





Objetivo: Se requiere preparar platos con diferentes tipos de carnes, teniendo en cuenta tipos de cortes, términos de temperatura y gramaje.

Realizar la receta estándar de cada preparación de carne

SENA QUINDIO - ESCUELA DE GASTRONOMIA
RECETA ESTANDAR

NOMBRE DE LA RECETA:

#PORCIONES:	RENDIMIENTO TOTAL:	PESO X PORCIÓN:
TIEMPO DE VIDA ÚTIL		
TIEMPO PREPARACION		
EQUIPOS UTILIZADOS		
ALMACENAMIENTO		
BALANCE NUTRICIONAL	CALORIAS:	CARBOHIDRATOS:
	PROTEINAS:	GRASAS:

INGREDIENTES	CANTIDAD

PROCEDIMIENTOS

7. PREPARACION DE MERMELADAS Y ALMIBARES.

Mermelada es una conserva de frutas que se elabora cocinando la fruta con azúcar y, a veces, con pectina (un agente espesante natural). La mermelada tiene una consistencia espesa y se caracteriza por tener trozos de la fruta, aunque estos pueden ser triturados o procesados según el tipo de mermelada. En su preparación, la fruta se reduce a una pasta o puré, y su sabor tiende a ser dulce o agridulce, dependiendo de la fruta utilizada. Se utiliza principalmente como acompañamiento para pan, galletas, postres o como ingrediente en diversas recetas.

Almíbar de fruta, por otro lado, es una preparación líquida hecha a base de frutas y azúcar, donde la fruta generalmente se cocina en una solución azucarada hasta que se forma un jarabe espeso, pero sin llegar a la consistencia de la mermelada. A diferencia de la mermelada, en el almíbar los trozos de fruta se conservan intactos o apenas se rompen. Este producto es comúnmente utilizado para conservar frutas, para preparar cócteles o para bañar postres. El

almíbar también puede ser preparado con diferentes grados de dulzura, dependiendo de la cantidad de azúcar.

En resumen, la principal diferencia entre ambos es la consistencia (la mermelada es más espesa, mientras que el almíbar es líquido) y la forma en que se conservan los trozos de fruta.

Actividad 6: Preparación de mermeladas y almibares




Objetivo: Se requiere preparar platos con diferentes tipos de frutas, teniendo en cuenta su acides y finalidad.

Realizar la receta estándar de cada mermelada y almíbar.

SENA QUINDIO - ESCUELA DE GASTRONOMIA
RECETA ESTANDAR

NOMBRE DE LA RECETA:

#PORCIONES:	RENDIMIENTO TOTAL:	PESO X PORCIÓN:
TIEMPO DE VIDA ÚTIL		
TIEMPO PREPARACION		
EQUIPOS UTILIZADOS		
ALMACENAMIENTO		
BALANCE NUTRICIONAL	CALORIAS:	CARBOHIDRATOS:
	PROTEINAS:	GRASAS:

INGREDIENTES	CANTIDAD

PROCEDIMIENTOS

8. FRITURAS

Fritura es el proceso de cocinar alimentos sumergiéndolos en un aceite o grasa caliente. El calor del aceite penetra rápidamente en el alimento, lo que permite que se cocine de manera uniforme y se dore en el exterior, creando una textura crujiente y sabrosa. La fritura es uno de los métodos de cocción más antiguos y populares en diversas culturas debido a la rapidez con que se puede cocinar y el sabor que aporta a los alimentos.

Existen diferentes **tipos de fritura**, que se distinguen según la cantidad de aceite utilizada y la temperatura de cocción:

1. Fritura profunda (o fritura total)

- En este tipo de fritura, el alimento se sumerge completamente en el aceite caliente, de modo que se cocina de manera uniforme en todos sus lados. El aceite debe estar a una temperatura alta, generalmente entre **160°C y 190°C**.
- Es el tipo de fritura utilizado para alimentos como **papas fritas, pollo frito, donas, empanadas**, **arepa de huevo** entre otros.
- El resultado es un exterior crujiente y un interior jugoso y bien cocido.

2. Fritura superficial (o fritura ligera)

- En este caso, el alimento no se sumerge completamente en el aceite. Solo se cubre parcialmente o se cocina en una cantidad limitada de aceite que apenas cubre el fondo de la sartén.
- La fritura superficial se utiliza para alimentos como **croquetas, pescado empanado, tortillas** o ciertos tipos de **vegetales**.
- A menudo, el aceite no necesita ser tan caliente como en la fritura profunda, y el proceso suele ser más controlado.

3. Fritura en seco

- Este tipo de fritura no utiliza aceite ni grasa adicional, sino que el alimento se cocina directamente sobre una superficie caliente (como una plancha o una parrilla). Es más común en la **freidora sin aceite** o **air fryer**.
- Aunque no es estrictamente una fritura en el sentido tradicional, se utiliza para lograr un efecto crujiente sin sumergir el alimento en aceite.
- Ejemplo: **pollo en freidora sin aceite**, **papas fritas con aire caliente**.

4. Fritura en sartén o salteado

- Similar a la fritura superficial, pero en lugar de utilizar una gran cantidad de aceite, se usa una cantidad pequeña para dorar o sellar los alimentos a alta temperatura, moviéndolos constantemente para evitar que se quemen.
- Es ideal para alimentos como **vegetales, carnes y mariscos**.

5. Fritura en aceite a baja temperatura

- Consiste en freír los alimentos a temperaturas más bajas (alrededor de **120°C a 150°C**), lo que permite que se cocinen de manera más suave y absorban menos aceite, lo que da como resultado una fritura más ligera.
- Este método se usa, por ejemplo, para **freír cebollas** o para cocinar **alimentos delicados**.

Factores que afectan la fritura:

- **Temperatura del aceite**: Un aceite demasiado frío hará que el alimento absorba más grasa y quede grasoso, mientras que un aceite demasiado caliente puede hacer que se queme antes de que el interior esté cocido.
- **Tipo de aceite**: Se utilizan aceites con alto punto de humo, como el de girasol, maíz o canola, ya que soportan bien las altas temperaturas.
- **Alimentos empanados**: La fritura de alimentos empanados ayuda a obtener una capa crujiente y dorada.

En resumen, la fritura es un proceso versátil que puede hacerse de diversas maneras según el tipo de alimento y el resultado deseado, desde la fritura profunda hasta la fritura más ligera o controlada.

Actividad 7: Realizar los diferentes tipos de fritura





Objetivo: Se requiere preparar platos con diferentes tipos de frutas, teniendo en cuenta su acides y finalidad.

Realizar la receta estándar de cada mermelada y almíbar.

SENA QUINDIO - ESCUELA DE GASTRONOMIA
RECETA ESTANDAR

NOMBRE DE LA RECETA:

#PORCIONES:	RENDIMIENTO TOTAL:	PESO X PORCIÓN:
TIEMPO DE VIDA ÚTIL		
TIEMPO PREPARACION		
EQUIPOS UTILIZADOS		
ALMACENAMIENTO		
BALANCE NUTRICIONAL	CALORIAS:	CARBOHIDRATOS:
	PROTEINAS:	GRASAS:

INGREDIENTES	CANTIDAD

PROCEDIMIENTOS

Ambiente requerido: Cocina dotada de los utensilios básicos

Estrategias o técnicas didácticas activas: realización de misse en place

Materiales de formación: utensilios de cocina, equipos de cocina y materia prima

Material de apoyo: Libros de cocina, cartillas

Duración de la actividad: 30 horas.

3.4 Actividades de Transferencia el Conocimiento:

Aprendiz, antes de iniciar las preparaciones, debe llevar bien portado el uniforme, ingresar al área de preparación con todos sus implementos y utensilios personales, revisar la receta

estándar para definir la preparación del alimento solicitado, luego debe realizar el mise en place, organizar los utensilios y equipos de cocina.

Aprendiz, de acuerdo a su receta estándar, iniciar el procedimiento de la preparación del alimento, teniendo en cuentas las técnicas, el tiempo, la manipulación e inocuidad de los alimentos, realizar emplatado y por último dejar el área de trabajo limpio y desinfectado.

Ambiente requerido: Cocina dotada de los utensilios básicos

Estrategias o técnicas didácticas activas: realización de receta estándar

Materiales de formación: Insumos de materia prima

Material de apoyo: Video educativo, libros de técnicas de cocina

Duración de la actividad: 40 horas.

4. PLANTEAMIENTO DE EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE PARA LA EVALUACIÓN EN EL PROCESO FORMATIVO.

Fase del proyecto formativo	Actividad del proyecto formativo	Actividad de Aprendizaje	Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
N/A	**N/A**	**Preparar alimentos de acuerdo con la orden de producción y procedimiento técnico**	**Fotografías o cartilla**	Reconoce la importancia de la gastronomía típica teniendo en cuenta productos autóctonos de la región Revisa el estado de los utensilios y equipo teniendo en cuenta procedimiento técnico Evalúa las características organolépticas de la materia prima teniendo en cuenta los criterios	Observación directa Collage de fotos Cartilla o recetario

				técnicos y de calidad Identificar la receta estándar para las preparaciones según orden de servicio Prepara cortes los alimentos según receta estándar Comprueba que la receta estándar preparada este acorde con la orden de servicio. Verifica que los ingredientes estén acordes con la receta estándar, teniendo en cuenta lo tipos de cortes y cantidades establecidas. Evalúa las características organolépticas de la preparación teniendo en cuenta parámetros técnicos y receta estándar. Realiza el emplatado teniendo en cuenta receta	

				estándar y especificaciones técnicas. Valida la presentación del plato con base en receta estándar. Maneja temperaturas teniendo en cuenta parámetros técnicos y receta estándar. Evalúa características organolépticas de la preparación teniendo en cuenta recetar estándar.	

5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

Alimento: es cualquier sustancia normalmente utilizada por seres vivos con fines nutricionales, sociales, físicos, salud y psicológicos.

Autóctono: es un adjetivo que puede aplicarse al ser vivo, al producto o al lugar que es originario o nativo del país en el que se encuentran. Lo autóctono, por lo tanto, es propio de un sitio.

Buenas prácticas de manufactura: son los principios básicos y practicas generales de higiene en la manipulación, preparación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte y distribución de alimentos para consumo humano; con el objeto de garantizar la inocuidad de los alimentos.

Contaminación: la contaminación alimentaria se define como la presencia de cualquier materia anormal en el alimento que comprometa su calidad para el consumo humano.

Contaminación cruzada: es el proceso mediante el cual los alimentos entran en contacto con otros que están cocinados o no y que terminan por contaminarse como resultado del intercambio de sustancias ajenas**.**

Gastronomía: es la ciencia y arte que estudia la relación del ser humano con su alimentación y su medio ambiente o entorno.

Inocuidad alimentaria: se enfocan principalmente en la higiene y en la manipulación a lo largo de toda la cadena alimentaria, su omisión o malas prácticas pueden generar problemas graves de salud pública, aquí radica la importancia de que las empresas las implementen adecuadamente y eviten sanciones y complicaciones legales.

Materia prima: se conocen como materias primas a la materia extraída de la naturaleza y que se transforma para elaborar materiales que más tarde se convertirán en bienes de consumo.es todo aquel elemento que se transforma e incorpora en un producto final.

Organoléptico: son todas aquellas descripciones de las características físicas que tiene la materia en general, según las pueden percibir los sentidos, como por ejemplo su sabor, textura, olor, color o temperatura.

Receta estándar: es una formula escrita para producir un plato o articulo alimenticio de una calidad específica y cantidad deseada. La receta estándar muestra la cantidad exacta de cada ingrediente usado en la preparación del plato o articulo y la secuencia del paso a seguir en su preparación.

Tabla dosificadora: graduar o calcular la dosis para una desafectación en alimentos.

6. REFERENTES BILBIOGRÁFICOS

Construya o cite documentos de apoyo para el desarrollo de la guía, según lo establecido en la guía de desarrollo curricular. (**BIBLIOGRAFÍA / WEBGRAFÍA).**

https://es.wikipedia.org/wiki/Gastronom%C3%ADa#:~:text=La%20gastronom%C3%ADa%20(del%20griego%20%CE%B3%CE%B1%CF%83%CF%84%CF%81%CE%BF%CE%BD%CE%BF%CE%BC%CE%AF%CE%B1,su%20medio%20ambiente%20o%20entorno.

http://buenaspracticasdemanufactura12.blogspot.com/#:~:text=Son%20los%20principios%20b%C3%A1sicos%20y,la%20inocuidad%20de%20los%20alimentos.

https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-contaminaciones-alimentarias-13107676#:~:text=La%20contaminaci%C3%B3n%20alimentaria%20se%20define,calidad%20para%20el%20consumo%20humano.&text=Cuando%20hablamos%20de%20contaminaci%C3%B3n%20alimentaria,contaminaci%C3%B3n%20qu%C3%ADmica%2C%20f%C3%ADsica%20o%20biol%C3%B3gica.

https://es.wikipedia.org/wiki/Alimento

https://www.ecured.cu/Materia_prima#:~:text=Se%20conocen%20como%20materias%20primas,incorpora%20en%20un%20producto%20final.

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	**Luz Dary Ibargüen** **Juan David Maya**	**Instructores**	**Centro de comercio y turismo**	**Marzo 2025**

8. CONTROL DE CAMBIOS (diligenciar únicamente si realiza ajustes a la guía)

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)					

PROCESO GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN

Regional: QUINDÍO
Centro de formación: COMERCIO Y TURISMO
Denominación del Programa de Formación: EMPRENDEDOR EN GASTRONOMIA TIPICA RURAL
Código del Programa de Formación: 66210005
Versión: 1

Nombre del Aprendiz: _____

No. de Documento: _____ **No. De Ficha:** _____

Nombre del Instructor:

Competencia:

- ✓ MANIPULAR ALIMENTOS DE ACUERDO CON NORMATIVIDAD VIGENTE

.**Resultado de Aprendizaje:**

- ✓ identificar los riesgos de contaminación de los alimentos de acuerdo con tipo de alimento y prácticas de manipulación.
- ✓ reconocer los peligros asociados a la salud pública de acuerdo con la fuente de contaminación de los alimentos.
- ✓ aplicar las buenas prácticas de manufactura en la producción, transporte, preparación y servicio de alimentos, según normativa.
- ✓ implementar mejoras en la aplicación de las buenas prácticas de manufactura en las cadenas de producción, transporte, preparación y servicio de alimentos, de acuerdo con diagnóstico.

Actividad:

- ✓ reafirmar los conocimientos adquiridos durante el complementario higiene y manipulacion de alimentos

Evidencia:

(Producto) folleto sobre practicas seguras de higiene y manipulación de alimentos incluyendo consejos sobre:

Lavado de manos : duración, tecnicas y momentos claves Almacenamiento de alimentos : temperaturas adecuadas y zonas de rifrigeracion Higiene personal: uso de gorro,tapabocas, uniforme, guantes Prevención de contaminación cruzada:separación de alimentos crudos y cocidos.

(transferencia de conocimiento) Practica de observación de higiene y manipulación de alimentos

El grupo preparara una ensalada de fruta teniendo en cuenta las pautas para la higiene y manipulación de alimentos , tendrán en cuenta ,indumentaria apropiada, utilización de implementos de cocina de forma adecuada y conocimientos adquiridos durante el curso complementario, luego de haber realizado la practica realizaran una exposición al resto de compañeros de la clase sobre sugerencias de higiene y manipulación de alimentos relacionada

con la practica realizada y un analsiis de los riesgos y consecuencia para la salud de la comunidad, luego desarrollaran un taller en clase relacionado con buenas practicas de manufactura

INSTRUCCIONES PARA EL DILIGENCIAMIENTO:

En el desarrollo de este instrumento se valorarán las evidencias de desempeño y/o producto del proceso, según las técnicas y habilidades desarrolladas durante la formación. Estas evidencias corresponden a las actividades que se describen en la guía de aprendizaje, las cuales fueron socializadas y concertadas con el instructor.

Según sus evidencias presentadas el instructor valorará cada uno de los factores que contiene la siguiente lista de chequeo para alcanzar el resultado de aprendizaje.

LISTA DE CHEQUEO

CONOCIMIENTO ⬭ PRODUCTO ⬭ DESEMPEÑO ⬭

No.	ASPECTO	INDICADORES/FACTORES A EVALUAR	CUMPLE		OBSERVACIONES
			SI	NO	
1	Actitud Reflexión	El aprendiz participó de manera activa y colaborativa en la actividad de reflexión.			
2	Actitud Contextualización	El aprendiz participó de manera activa y colaborativa en la actividad de contextualización.			
3	Actitud Apropiación	El aprendiz participó en las actividades didácticas para la apropiación del conocimiento.			
4	Actitud Apropiación	El aprendiz identificar los riesgos de contaminación de los alimentos de acuerdo con tipo de alimento y prácticas de manipulación.			
5	Actitud Apropiación	El aprendiz reconoce los peligros asociados a la salud pública de acuerdo con la fuente de contaminación de los alimentos.			
6	Actitud Apropiación Técnico	el aprendiz aplica las buenas prácticas de manufactura en la producción, transporte, preparación yservicio de alimentos, según normativa			
7	Actitud Apropiación Técnico	El aprendiz implemento mejoras en la aplicación de las buenas prácticas de manufactura en las cadenas de producción, transporte, preparación y servicio de alimentos, de acuerdo con diagnóstico.			

RESULTADOS:

Aprobado ☐ Deficiente ☐

OBSERVACIONES-RECOMENDACIONES:

Ciudad y fecha de aplicación del instrumento:

Firma del Aprendiz

Firma del Instructor

Fecha de Elaboración	**2/15/2024**	
Denominación del Programa de Formación	**EMPRENDEDOR EN GASTRONOMIA TIPICA RURAL**	
Modalidad de Ejecución	**complementaria**	
Código y versión del Programa	**66210582**	
Nombre del Proyecto (Diligencie esta casilla únicamente si es un programa de formación Titulada)	**N/A**	
Código del Proyecto (Diligencie esta casilla únicamente si es un programa de formación Titulada)	**N/A**	
Instructor(es) que elabora la planeación pedagógica	**Juan David Maya**	**Regional y Centro de formación: Quindío, Comercio y Turismo**
		Regional y Centro de formación: Quindío, Comercio y Turismo

FASE DE PROYECTO (Si el programa es de titulada)	ACTIVIDAD DE PROYECTO (si el programa es titulada)	COMPETENCIA	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE A DESARROLLAR	DURACIÓN ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE (HORAS)		ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS ACTIVAS	AMBIENTES DE APRENDIZAJE TIPIFICADOS			CRITERIOS DE EVALUACIÓN	DISCRIPCIÓN DE LA EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	OBSERVACIONES
					HORAS TRABAJO DIRECTO	HORAS TRABAJO INDEPENDIENTE		AMBIENTE	MATERIALES DE FORMACIÓN	INSTRUCTORES RESPONSABLES			
N/A	N/A	NORMAS DE HIGIENE Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS.	APLICAR NORMAS DE HIGIENE Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS.	ENTIENDA LA NORMATIVA VIGENTE	N/A	N/A	POR MEDIO DE AYUDAS VISUALES Y EJERCICIOS PRACTICOS	COCINA	N/A	1	IDENTIFICA LOS PUNTOS MAS IMPORTANTES DE LAS NN	(CONOCIMIENTO) identifica los terminos relacionados con el programa de formacion. (DESEMPEÑO) participa en la dinamica conuntiva.	
N/A	N/A	CONCEPTO DE MISE EN PLACE (PRE AUSTAMIENTO)	EFECTUAR MISE EN PLACE (PRE AUSTAMIENTO) DE ACUERDO A LAS NECESIDADES Y VOLUMEN DE VENTAS	REALIZA EL MISE EN PLACE (PRE AUSTAMIENTO) DE ACUERDO A LA PROGRAMACIÓN.	N/A	N/A	POR MEDIO DE UNA CLASE DEMOSTRATIVA DE ENSEÑANZA EL PROCESO	COCINA	N/A	1	REALIZA ADECUADAMENTE UN MISE EN PLACE	(CONOCIMIENTO)identifica EL ORDEN DE AUSTAMIENTO (DESEMPEÑO) identifica EL ORDEN ADECUADO	
N/A	N/A	TÉCNICAS DE INTERPRETACIÓN DE RECETA ESTÁNDAR.	INTERPRETACION DE RECETA ESTANDAR	RECIBA ADECUADAMENTE UNA RECETA ESTANDAR	N/A	N/A	SE ENTREGARA UNA HOJA DE RECETA ESTANDAR PARA DILIGENCIAR	COCINA	N/A	1	DILIGENCIA DE MANERA ADECUADA UNA RECETA ESTANDAR	(CONOCIMIENTO) Reconoce el valor DE UNA RECETA ESTANDAR (DESEMPEÑO) CONOCE NAS MERMAS DE LOS PRODUCTOS A TRABAJAR	
N/A	N/A	TÉCNICAS PARA COCCIÓN	UTILIZAR TÉCNICAS DE COCCIÓN(CONCENTRACIÓN, DILUCIÓN Y MIXTA)	PREPARA UNA RECETA ACORDE A SU TÉCNICA DE COCCION	N/A	N/A	POR MEDIO DE UNA CLASE DEMOSTRATIVA DE ENSEÑANZA EL PROCESO	COCINA	N/A	1	LOGRA IDENTIFICAR LAS DIFERENTES TECNICAS DE COCCION Y PARA QUE SE USA CADA UNA	(CONOCIMIENTO) Reconoce las diferentes tecnicas de coccion (DESEMPEÑO)reconoce la mejor tecnica de coccion para un producto determinado	
N/A	N/A	CLASES DE SALSAS	PREPARAR SALSAS BASE	PREPARA LA SALSA DE ACUERDO A LA RECETA ESTÁNDAR.	N/A	N/A	POR MEDIO DE UNA CLASE DEMOSTRATIVA DE ENSEÑANZA EL PROCESO	COCINA	N/A	1	desarrolla una salsa acorde a la receta estandar	(CONOCIMIENTO) conoce las salsas madres (DESEMPEÑO) realiza una salsa acorde a una receta estandar (PRODUCTO) una buena salsa (DESEMPEÑO) Demuestra su nivel de	
N/A	N/A	CLASES PREPARACIONES RÁPIDAS CALIENTES	REALIZAR EL MONTAJE DEL PLATO	ELABORA LOS COMIDAS TIPICAS (AMASIJOS) DE ACUERDO A LOS REQUERIMIENTOS DEL CUENTE Y TENIENDO EN CUENTA NORMAS DE SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL VIGENTES.	N/A	N/A	POR MEDIO DE UNA CLASE DEMOSTRATIVA DE ENSEÑANZA EL PROCESO	COCINA	N/A	1	desarrol a un plato caliente en base al pedido del cliente	(CONOCIMIENTO) conocimiento adecuado del plato a preparar (DESEMPEÑO) utiliza las tecnicas adecuadas para la preparacion	
	N/A		EMPLEAR CAPACIDAD CREATIVA E INNOVADORA SEGUN ESTRATEGIA EMPRENDEDORA.		N/A	N/A	POR MEDIO DE UNA CLASE DEMOSTRATIVA DE ENSEÑANZA EL PROCESO	COCINA	N/A	1	VALORA SUS CARACTERÍSTICAS EMPRENDEDORAS PERSONALES ACORDE CON HERRAMIENTA DE DIAGNÓSTICO PERSONAL.	DESCRIBIR LOS ELEMENTOS DEL COMPORTAMIENTO EMPRENDEDOR. RECONOCER LAS CARACTERÍSTICAS EMPRENDEDORAS PERSONALES	
			ETAMAXXIP XAPAXTIP¿ETIVAL Y XOMPETENXIAL EMEPENAIAOPAL TEPEONAAEZ AE AXYEPAO XON 1YZ TEOTENXIAAIAAAEZ, OBSETI¿OE Y EA ENTOPNO		N/A	N/A	POR MEDIO DE UNA CLASE DEMOSTRATIVA DE ENSEÑANZA EL PROC	COCINA	N/A	1	FORMULA LOS OBJETIVOS PERSONALES DE ACUERDO CON SU MOTIVACIÓN Y PROPÓSITO DE VIDA. APLICA LA EXISTENCIABILIDAD EMPRENDEDORA DE ACUERDO CON FACTORES INTERNOS Y EXTERNOS. IDENTIFICA EL PROCESO DE TOMA DE DECISIONES DE ACUERDO CON PROBLEMAS DE LA COTIDIANIDAD.	RECONOCER HABILIDADES Y CARACTERÍSTICAS EMPRENDEDORAS PERSONALES PARA FORMULACIÓN DE ESTRATEGIAS. UTILIZAR LOS ELEMENTOS DE UNA ESTRATEGIA	
	N/A		AIPOSEAAPEA TIPOXEEO AAE TOMA AE AEXIEONXE TIEPEONAAEZ EN 1Y XOTIAMAMIAAA, ZEI^N EA XOMEIOPTAMIENTO EMEPENAEAOP.		N/A	N/A	POR MEDIO DE UNA CLASE DEMOSTRATIVA DE ENSEÑANA EL PROCE	COCINA	N/A	1	PUEDE EL PROCESO DE TOMA DE DECISIONES SEGÚN IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS Y ALTERNATIVAS DE SOLUCIÓN. APROPIA EL CONCEPTO DE CREATIVIDAD E INNOVACIÓN PARA SU APLICACIÓN EN CASOS	DESCUBRIR NECESIDADES, INTERESES Y EXPECTATIVAS PROPIAS Y DEL OTRO. IDENTIFICAR LAS TÉCNICAS DE NEGOCIACIÓN.	

Fecha de Elaboración
Denominación del
Código y versión del
Nombre del Proyecto (
Código del Proyecto (
Instructor(es) que elabora la planeación pedagógica
Regional y Centro de formación

ACTIVIDAD DE PROYECTO (si el programa es titulada)	FASE DE PROYECTO (solo titulada)	COMPETENCIA
actividad del proyecto objeto de planeación pedagógica	fase del proyecto a la cual pertenece la actividad de proyecto	competencia a desarrollar durante esa actividad y fase de proyecto

fecha en que se elabora la planeación pedagógica

denominación del programa como aparece en el diseño curricular publicado en

código y versión del programa como aparece en el diseño curricular publicado en

Denominación del Proyecto como aparece en aplicativo SOFIA plus- con estado en publicado

código del Proyecto como aparece en aplicativo SOFIA plus- con estado en publicado

Nombre Completo del instructor o instructores que realizaron la planeació pedagógica

Diligencie el nombre del centro y regional de cada instructor

RESULTADOS DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE A DESARROLLAR	DURACIÓN ACTIVIDAD D
		HORAS TRABAJO DIRECTO
Resultados de aprendizaje asociados a la competencia a desarrollar durante esa actividad y fase de proyecto	formule al actividad de aprendizaje de acuerdo a o citado en la guia de desarrollo curricular	horas trabajo directo con el instructor para desarrollar la actividad

el aplicativo SOFIA plus- con estado en ejecución

el aplicativo SOFIA plus- con estado en ejecución

E APRENDIZAJE (HORAS)	ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS ACTIVAS	
HORAS TRABAJO INDEPENDIENTE		**AMBIENTE**
horas de trabajo independiente del aprendiz	de acuerdo a la actividad formulada describa las didácticas activas que utilizará para su ejecucion	ambiente de aprendizaje para desarrollar la actividad (aula, laboratorio, unidad productiva) si es virtual el ambiente es el LMS dispuesto por el SENA

AMBIENTES DE APRENDIZAJE TIPIFICADOS		CRITERIOS DE EVALUACION
MATERIALES DE FORMACIÓN	**INSTRUCTORES RESPONSABLES**	
los materiales estan descritos en el proyecto formativo. Material de formación es todo recurso consumible o utilizable en el proceso de ormación, recuerde citar los materiales adecuados a la modalidad virtual para este tipo de programas	número de isntructores para desarrollar la actividad	criterios de evaluación descritos en el progrma de formación para desarrollar la competencia

DESCRIPCIÓN DE LA EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	OBSERVACIONES
cite si la actividad es de producto, de desempeño o de conocimient, según conceptos estbalecidos en la guía de diseño	