



PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

IDENTIFICACIÓN DE LA GUÍA DE APRENDIZAJE

- Denominación del Programa de Formación: COCINA
- Código del Programa de Formación: 635503 versión 103
Nombre del Proyecto: formulación de planes de negocio para establecimientos del sector de alimentos y bebidas en la zona de influencia del cide.
- Fase del Proyecto: Planeación
- Actividad de Proyecto: Almacenar productos alimenticios e insumos según naturaleza del producto y técnicas de almacenamiento.
- Competencia: 260201008 - Controlar el manejo de las materias primas en la producción de alimentos de acuerdo con los procedimientos establecidos.
 - Resultados de Aprendizaje Alcanzar: Inventariar los productos alimenticios almacenados teniendo en cuenta el procedimiento establecido por la empresa
 - Duración de la Guía: 48 horas -8 días

2. PRESENTACIÓN

Apreciados/as aprendices:

Reciban un cordial saludo, y bienvenida al estudio de este resultado de la competencia **Almacenar productos alimenticios e insumos según naturaleza del producto y técnicas de almacenamiento**

En el área de la pastelería no solo es importante la presentación y el sabor que podemos brindarle a nuestros productos, también es necesario Planificar y dirigir la preparación. Modificar nuestra receta o crear otros nuevos que cumplan los estándares de calidad. Realizar estimaciones sobre las necesidades de comida y costes de comida/mano de obra.

En cada uno de estos pasos se recomienda tener una estandarización o protocolo de normas que especifiquen calidad del producto, características organolépticas, temperatura, fecha de ingreso entre otras; toda esta información requerida la podemos encontrar en los llamados FORMATOS.

Si sabemos crear un formato de acuerdo a la necesidad de nuestra empresa reduciremos notablemente, mermas, contaminación, incidentes alimentarios, etc. es importante capacitar el personal para que lo diligencie correctamente.



3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE



A - ¿Que es las unidades de medida en la cocina?

- ✓ Cantidades de ingredientes indicadas en las recetas de cocina, calculadas en kilogramos, gramos, litros, centilitros, etc.

<https://youtu.be/-5y59bvjDAg> Masa, volumen y temperatura

¿Cuál es la importancia de medir los alimentos?

- ✓ En la cocina es imprescindible controlar los ingredientes en su justa medida para elaborar cualquier plato. Y más aún cuando se trata de recetas que no hemos realizado nunca y que necesitan unas medidas concretas

¿Cuáles son las herramientas y unidades de medida utilizadas en la cocina?





Enlace de apoyo a formación : https://youtu.be/_44blyE4f1Q Cómo Usar Tazas, Jarras y Cucharas Medidoras – Equivalencias

Conozcamos otro tipo de
Medida en este caso la
TEMPERATURA



CONOCIENDO LAS ESCALAS DE TEMPERATURA: ¿GRADOS CELSIUS O FAHRENHEIT?

Escala Grados Celsius

La escala Celsius se utiliza en la mayoría de los países del mundo. El creador de esta escala se llamaba Anders Celsius, un científico y astrónomo sueco. A esta escala también se le denomina “escala centígrada” y es importante saber que en ella la temperatura se divide en 100 grados, siendo 0° C el punto de congelación del agua y 100° C el punto de ebullición del agua.

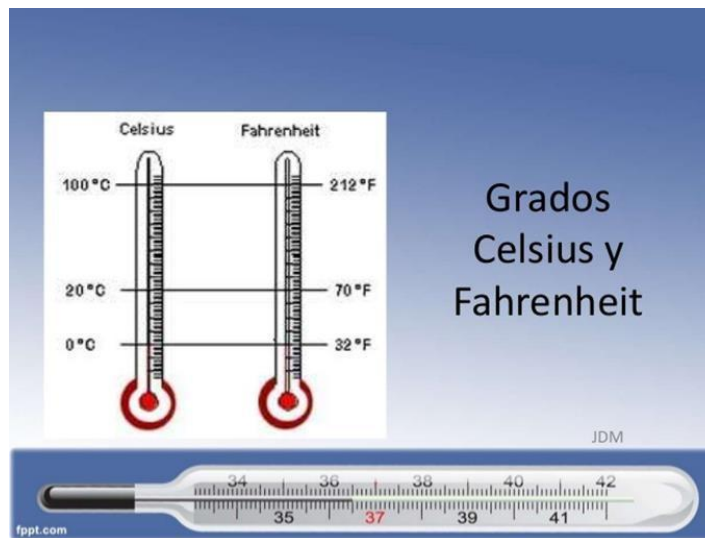
Escala Grados Fahrenheit

Tal como lo comentábamos, la escala Fahrenheit es la forma de medir la temperatura más común en Estados Unidos y en algunas partes del Caribe. Su creador se llamaba Daniel Fahrenheit, un conocido físico e ingeniero alemán. En esta escala de temperatura, a diferencia de la escala Celsius, el punto de congelación del agua se encuentra en los 32° F mientras que el punto de ebullición del agua está en los 212° F.

Enlace de apoyo a formación : <https://youtu.be/Y82p7pk9TnQ>



temperatura Celsius y Fahrenheit



FORMULA: $^{\circ}\text{F} = 9 \text{ Sobre } 5 \times ^{\circ}\text{C} + 32$ = Para convertir centígrados en Fahrenheit

FORMULA: $^{\circ}\text{C} = ^{\circ}\text{F} - 32 = ?$ dividido por 1.8 = Para convertir Fahrenheit en centígrados

Enlace de apoyo a formación : <https://youtu.be/2ur57ZuQA-M> Cómo convertir grados Fahrenheit a Centígrados

PROBLEMA A RESOLVER:

Durante cierto día, la temperatura en Colombia fue de 20°C ¿Encontrar la equivalencia en grados Fahrenheit?

DATOS: $^{\circ}\text{C} = 20$

$^{\circ}\text{F} = ?$

FORMULA: $^{\circ}\text{F} = 9 \text{ Sobre } 5 (^{\circ}\text{C} + 32)$

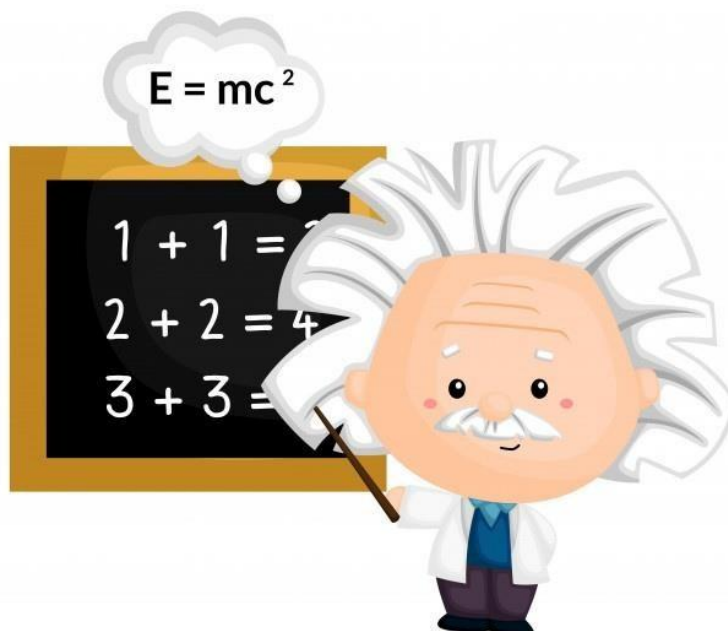
RESPUESTAS

A= 68°F

B= 20°F

C= 52°F

D= 68°C





B-

RECETA ESTÁNDAR



¿Cuáles son las características de una receta de cocina?

Los recetarios tienen por características: indicar pasos ordenados, ingredientes e implementos a utilizar. ... Los recetarios tienen instrucciones, las cuales se caracterizan por presentarse en imperativo o infinitivo. Un imperativo expresa petición, ruego, prohibición, mandato y orden

¿Qué es un estándar?

El término estándar tiene su origen etimológico en el vocablo inglés standard. El concepto se utiliza para nombrar a aquello que puede tomarse como referencia, patrón o modelo.

¿Qué es una receta estándar?

La receta estándar es aquella en la que están explicados todos los elementos, técnicas empleadas, y tiempos, de tal manera que el resultado sea siempre el mismo, sea quien sea la persona que la realiza

Enlace de apoyo a formación : : <https://youtu.be/D7GuqieSM8o> Estandarización de recetas

C –

CONTROL DE INVENTARIO Y SOLICITUD DE MATERIA PRIMA

<https://youtu.be/NzW2cDZAlFc> Control de inventario y solicitud de materia prima





3.2 ACTIVIDADES DE IDENTIFICACIÓN DE CONOCIMIENTOS:

A - Los aprendices ingresaran al taller de formación y observaran los diferentes Instrumentos utilizados cotidianamente para realizar mediciones en materia prima cocina, En un foro comentaremos que instrumentos faltan aquí y los cuales conocen por experiencia o han visto casualmente.



B- Identificaremos conocimientos mediante la lectura de recetas, para lograr este objetivo es necesario que los aprendices lleven a su formación material de apoyo; como lo son revistas, libros, documentos, donde podamos observar:

- Tipos de recetas
- Tipos de formatos
- Tipos de procedimientos
- Vocabulario Técnico de pastelería

Una vez realizada esta actividad, observaremos las sugerencias a tener en cuenta a la hora de diseñar un documento de receta estándar, posteriormente observaremos analíticamente el formato anexado al final de guía y sacaremos conclusiones i

Ingredientes	Unidad	Costo de unidad	Cantidad requerida	Costo Unitario
Espinazo de puerco	KG	\$200	2kg	\$400
Marco de puerco	KG	\$80	1kg	\$80
Arroz	PZA	\$21	1 1/2	\$31.50
Tomillo	PZA	\$7.50	1	\$7.50
Agua	LT	\$15	1 1/2	\$22.50
Chile ancho	KG	\$5	2 pza	\$1
Chiles secos guajillo	KG	\$12	4 pza	\$4.20
Tomate verde	KG	\$35	1/2 pza	\$17.50
Ajo	KG	\$4	1 pza	\$4
Cebolla	KG	\$8	1 pza	\$8
Limon	KG	\$15	5 pza	\$7.50
Costo total				\$698.20
Costo por porción				\$177.05
Utilidad 45.37%				\$162.76
Precio de venta				\$304.6
Método de preparación			Fotografía	
1º Ponga a cocer las carnes con cebolla y sal. 2º Muela los chiles con los tomates, el ajo, la cebolla, el comino y el arroz. 3º Agregue la salsa a la carne ya cocida, baje el fuego y deje sazonar, el arroz molido espesa la salsa. 4º Sirva con arroz blanco cocido al vapor y jugo de limón al gusto.				
Presentación				
Equipollosa de presentación: Plato				
Equipollosa para producción: Plato llano, olla, cazuela, cucharas, tenedores, cucharas de madera, etc.				
Aportes/valores nutricionales: Ver la tabla				



C- En este mundo donde la Tecnología y el conocimiento cada día se apoderan más de las empresas, donde el **SABER HACER** ya no es suficiente ahora también se tiene que complementar con el **SABER SABER**, la competencia de conocimientos prácticos se tiene muy en cuenta en las grandes empresas o en el emprendimiento de tu propio negocio.

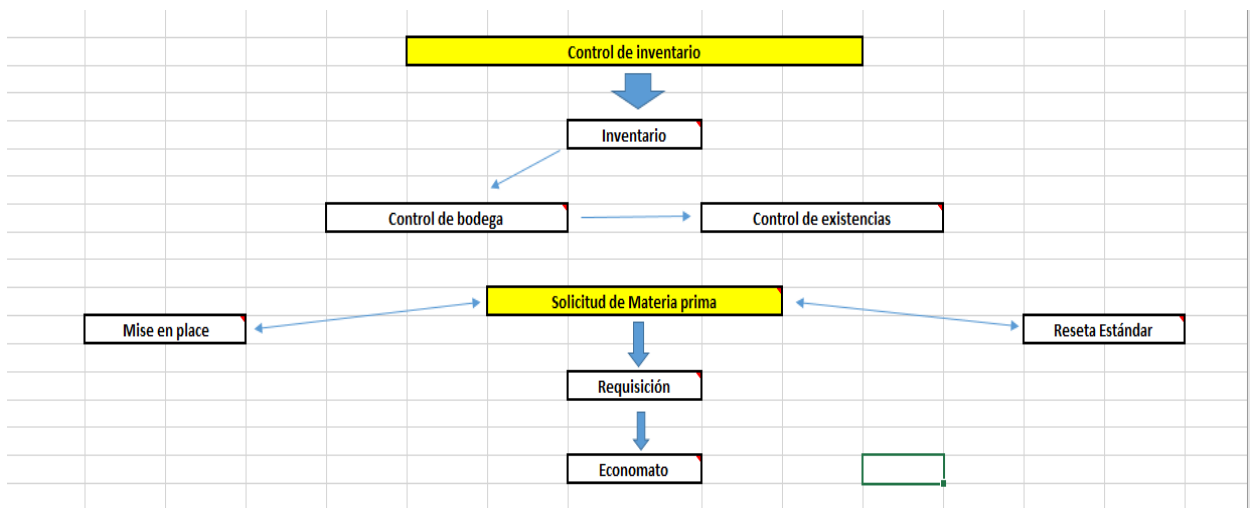
Actividad: En el ambiente de formación realizaremos algunos FORMATOS DE ALMACENALIMENTOS E INVENTARIO:

FORMATOS DE EMPRESAS ALIMENTOS

- Formato Inventario
- Control de Bodega
- Control de Existencias
- Solicitud materia prima
- Devoluciones

FORMATOS DE COCINA

- Receta Estándar
- Rotulador
- Lista de chequeo
- Lista de verificación





¿PREGUNTAS A RESOLVER?

¿Por qué es importante cotejar solicitud de materia prima contra cantidades recibidas?

¿Por qué es importante constatar las condiciones de recepción de las materias primas?

¿Por qué es importante tomar temperaturas de las materias primas en el recibo?

Recomendación: Revisar fechas de vencimiento y estado físico de las materias primas al recibirlas.

3.3 ACTIVIDADES DE APROPIACIÓN DEL CONOCIMIENTO (CONCEPTOS Y TEORIA)

A- Investigar **TEMA:** Sistema de equivalencia en Alimentos, concepto de unidades de medida en alimentos, importancia y utilidades.

Los aprendices realizaran un documento manejando las herramientas TIC donde muestren la implementación de las unidades de medida en alimentos en **COLOMBIA**, podrán utilizar cualquier tipo de producto pesarlo y mostrarnos a cuanto equivale, es importante para esta actividad que realicen varios tipos de medidas con diferentes productos, sólidos y líquidos, en granos y molidos, observaremos que no es igual pesar 200 gramos de arroz y 200 gramos de harina tomando como medida una taza; a continuación dejare varios interrogantes que les podrán servir para realizar una excelente trabajo investigativo, Ejemplos :

- ¿Cuánto es un gramo, una libra, un kilo, una cucharada, una cucharadita, una pisco?
- ¿cuánto equivale un mililitro, onzas, litro, que ingredientes podemos utilizar en esta unidad de medida?
- ¿Qué instrumentos podemos utilizar para pesar o medir las unidades de medida? Anexa fotos.





B – El instructor enviará al grupo de WhatsApp un formato de receta estándar, este documento estará en blanco, para un mejor diligenciamiento y control de fórmulas matemáticas; se subirá este documento en Excel, aprovecharemos el libro de recetas y tomaremos una, la cual subiremos al formato para diligenciarlo, esta actividad nos será muy útil para el paso 3.4

C Hoy más que nunca implementar controles y procedimientos en tu restaurante es primordial:

- ✓ En esta actividad el instructor adjuntará a su guía de aprendizaje, varios tipos de formatos que son muy utilizados en el área de alimentos y bebidas, dará una explicación de cada uno de ellos y su eventual importancia.



3.4 TRANSFERENCIA DEL CONOCIMIENTO

A-

tabla de conversiones	Respuesta
¿Cuántas onzas hay en 1 libra de 453 gramos usa ?:	
¿tengo una @ de ----- libras , si la libra es de 500 gr , cuántos gramos tiene 1/2 arroba?	
¿Cuántos litros hay en un galón ?	
¿60 ml equivalen a cuántas cucharadas?	

B- En el taller de formación realizaremos la preparación de un producto, el cual observaremos la importancia de tener los conceptos claros (equivalencias) (unidades de medida) Receta estándar) (mise en



place), Con este conocimiento adquirido será muy sencillo descifrar y realizar cualquier receta garantizando el éxito del pastelero.

C – Los aprendices elaborarán sus propios formatos, Diseñándolo para la cocina del municipio san francisco, estos formatos serán revisados y adjuntados a su respectivo portafolio como evidencia.

4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
Evidencias de Conocimiento: Se realizará por medio de Formulación de preguntas y Desarrollo guía de aprendizaje	Reconoce los contaminantes de los alimentos según fuentes y factores que la generan	Técnica: formulación de preguntas con respuestas analíticas y conceptuales Instrumentos: videos conceptuales
Evidencias de Desempeño Se realizará por medio de trabajos escritos y actividades lúdicas, donde se evidencia la retención del conocimiento adquirido	Identifica los mecanismos de contaminación de los alimentos de acuerdo con factores, fuentes y puntos críticos de control.	Técnica: Resolución de problemas Trabajo escrito, mesa redonda
Evidencias de Producto: 1.Guia socializada y terminada 2.portafolio escrito 3.lista de chequeo	Relaciona sintomatología de enfermedades con riesgos de contaminación en los alimentos. Relaciona alimentos de mayor, medio y bajo riesgo con los posibles factores de contaminación endógenos y exógenos.	Técnica: observación y análisis Instrumento: lista de verificación , formatos diligenciados y socializados

5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

- **Organolepsia** : proviene del griego organolipsia que en conjunto significa órgano y recepción, y por tanto comprende aquella reacción que nuestros órganos pueden percibir de las propiedades de un producto o sustancia a través de los receptores sensitivos



- **gramática:** es una rama de la lingüística **que** se dedica al estudio de las leyes, principios y reglas **que** regulan los diferentes usos de las lenguas y la forma de organizar las palabras en las oraciones, la cual fue establecida como tal por los antiguos griegos.
- **Semántico:** al conjunto de palabras o expresiones que guardan una relación estrecha, cualquiera que esta sea. Por **ejemplo**, coche, avión, tren, barco... forman un solo campo **semántico** al referirse a “medios de transporte”.
- **sintaxis:** establece el orden en que debe de ir el sujeto, verbo y predicado en una oración, esto para poder entender lo que ahí se dice. Por **ejemplo**: Resfriado me habría la lluvia mojado con me si hubiera.
- **La inocuidad de los alimentos:** puede definirse como el conjunto de condiciones y medidas necesarias durante la producción, almacenamiento, distribución y preparación de **alimentos** para asegurar que una vez ingeridos, no representen un riesgo para la salud
- **(ETA):** Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), las enfermedades transmitidas por alimentos (ETA) se definen como "el conjunto de síntomas originados por la ingestión de agua y/o alimentos que contengan agentes biológicos (por ejemplo: bacterias) o no biológicos (por ejemplo: metales pesados)

6. REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS

Álzate Londoño, Jaime 1980, Guía profesional de cocina 3ª edición, Bogotá Colombia

Álzate Londoño, Jaime 1988, Administración y costos de cocina 2ª edición, Bogotá, Colombia

Wright Jeni, Erick Treuille, 2007, Técnicas culinarias, octava edición, Barcelona España,

La Cocina de Referencia Tomo I, Editorial Limusa

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	NELSON ANDRES MATIZ MATIZ	Instructor	CIDE soacha	05/05/2026

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

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
--	--------	-------	-------------	-------	------------------



Autor (es)					
------------	--	--	--	--	--



CONCEPTOS

TIPO DE RECETA.

Estándar.

Receta completa, en la cual se indican todos los ingredientes o preparaciones (sub-recetas) que se utilizarán.

Complementaria.

Receta para explicar cómo realizar alguna sub-receta que se necesite en la receta estándar, por ejemplo, salsas, fondos y preparaciones previas.

Nombre de la Receta.

Nombre del platillo o bebida a elaborar.

Clasificación.

Puede ser por tiempos (entrada, sopa, plato fuerte, postre), especialidad (mexicana, italiana, alemana, japonesa), temporada o festividad (Navidad, Vigilia, Ramadán), hasta por necesidades nutricionales específicas (celíacos, diabéticos).

Rendimiento.

Es el peso total de la preparación al final de su elaboración, cuya unidad de medida se especifica en litros o kilogramos.

Tamaño de la porción.

Es la cantidad de cada porción.

Número de porciones.

De acuerdo al rendimiento total y el tamaño de la porción, se calcula el número de porciones.

Tiempo de preparación.

Es el tiempo estimado para que el cocinero prepare y monte la preparación.

Tiempo de cocción.

Es el tiempo que la preparación permanece en el proceso de cocción.

Temperatura de servicio.

Es la temperatura que debe tener el platillo, postre o bebida cuando se sirve al comensal.

Costo total de insumos.

La suma de los importes de los ingredientes de la receta.

Costo unitario.

Se divide el costo total de insumos entre el número de porciones.

Precio de Venta (sin IVA).

Se suma el costo unitario, más los costos indirectos y directos.

% de costo y utilidad bruta.

Son los porcentajes de la relación entre la ganancia y el costo.

Utilidad.

Cantidad de dinero que se va a ganar por porción.

Precio de venta.

Es el precio de venta más el IVA.

Peso bruto.

Es la cantidad que se requiere de cualquier ingrediente, sin limpiar o acondicionar para la preparación.

Peso neto.

Es la cantidad resultante de cada ingrediente después de desechar la merma de cada producto.

Unidad.

Unidad de medida base del producto, que se indica en litros o kilogramos.

Porción.

Guía rápida para saber si el ingrediente viene en piezas, tazas, cucharadas, etc.

Costo unitario.

Costo del kilogramo o litro del ingrediente.

% de rendimiento.

Rendimiento de cada ingrediente respecto a sus mermas.

Importe.

Costo del ingrediente en función de su peso bruto y su costo unitario.

Técnica.

Los pasos a seguir para elaborar la receta.

Presentación.

Pasos a seguir para su presentación.

Equipo para producción.

Equipo de trabajo para la elaboración de la receta.

Equipo para presentación.

Equipo de trabajo para la presentación.

Aporte nutricional.

Datos sobre las características nutrimentales de la receta.



ANEXO FORMATO DILIGENCIADO RECETA ESTANDAR

SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE SENA				FOTO RECETA :			
CENTRO DE DESARROLLO AGRO-INDUSTRIAL Y EMPRESARIAL							
VILLETA CUNDINAMARCA							
FORMATO RECETA ESTÁNDAR							
NOMBRE DE LA PREPARACION:				RECETA No.			
METODO DE COCCION:	POR CALOR SECO (Concentración)	ASADO (horno, parrilla, plancha)		PESO PORCION			
		GRATINADO		N° DE PORCIONES			
		SALTEADO					
		FREIDO					
	POR CALOR HUMEDO (Disolución, Expansión)	HERVIDO		TIEMPO DE PREPARACION			
		BLANQUEADO		CALORIAS			
		AL VAPOR					
		ESCALFADO					
	MIXTO	POCHADO		TIPO DE PREPARACION			
		GUISADO		ENTRADA			
ESTOFADO			FUERTE				
		BRASEADO		ACOMPAÑAMIENTO			
		GARNITURA					
METODO DE PREPARACION:		OTRO _____	POSTRE				
UNIDAD DE MEDIDA	INGREDIENTES			CANTIDAD	VALOR UNITARIO	VALOR TOTAL	
COSTO TOTAL DE LOS INGREDIENTES							
MARGEN DE ERROR O VARIACION (10)%							
COSTO TOTAL DE LA PREPARACION							
COSTO DE MATERIA PRIMA ESTABLECIDA 30%							
IVA 1,19							
PRECIO REAL DE VENTA DE UNA PORCION							
% REAL DE COSTO							
Mise en Place Utensilios, Menaje y Equipos (ANTES DEL PROCEDIMIENTO)							
Mise en Place Insumos y/o Materia Prima (ANTES PROCEDIMIENTO)							
Procedimientos							



FORMATO CONTROL DE BODEGA

 LOGO DE LA EMPRESA		INFORMACION DE LA EMPRESA							
CONTROL DE BODEGA									
RESPONSABLE :						FECHA :			
ARTICULO	UNIDAD	FECHA :	FECHA :	FECHA :	FECHA :	FECHA :	FECHA :	FECHA :	FECHA :
		Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:
		Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:
		Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:
		Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:
		Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:
		Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:
		Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:
		Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:
		Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:
		Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:
		Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:
		Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:
		Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:	Entradas:
		Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:	Salidas:
		Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:	Sobrantes:

CONTROL DE EXISTENCIAS

 LOGO DE LA EMPRESA		INFORMACION DE LA EMPRESA						
CONTROL DE EXISTENCIAS								
CLASIFICACION DEL PRODUCTO :					MAXIMO:			
NOMBRE DEL PRODUCTO :					MINIMO:			
Fecha movimiento del producto	Referencia o marca del producto	Entradas :	Salidas:	Saldo:	Referencia o marca del producto	Entradas :	Salidas:	Saldo:





SOLICITUD DE MATERIA PRIMA



LOGO DE LA EMPRESA

INFORMACION DE LA EMPRESA

SOLICITUD DE MATERIA PRIMA

DEPARTAMENTO QUE LO SOLICITA :

REQUISICION DE COMPRA N°: 001

FECHA DEL PEDIDO :

FECHA DE ENTREGA :

CANTIDAD	UNIDAD	ARTICULOS
ELABORADO POR :	AUTORIZADO POR :	RECIBIDO POR :

FORMATO DEVOLUCIONES DE MATERIA PRIMA



LOGO DE LA EMPRESA

INFORMACION DE LA EMPRESA

FORMATO DEVOLUCIONES DE PRODUCTO

ELABORADO POR :

APROBADO POR :

FECHA :

HORA :

ITEM	NOMBRE PRODUCTO	CANTIDAD	FECHA VENCIMIENTO	FECHA DEVOLUCIÓN	DEVUELTO POR	CAUSA DEVOLUCIÓN	OBSERVACIONES



FORMATO CONTROL DE TEMPERATURAS EN ALIMENTOS

 LOGO DE LA EMPRESA		INFORMACION DE LA EMPRESA	
FORMATO CONTROL DE TEMPERATURAS ALIMENTOS			
RESPONSABLE DE LA RECEPCIÓN:		APROBADO POR :	
FECHA :		HORA :	
PRODUCTO	TEMPERATURA	PROVEEDOR	OBSERVACIONES

ROTULADOR

ROTULADOR DE COCINA		 SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE	
Nombre del producto :			
Estado del producto :			
Tipo de Almacenamiento:			
Responsable:			
Observaciones			
Fecha de entrada :			
Observaciones :			