ACTA N° 243

FECHA: Bogotá, 26 noviembre de 2025

HORA: 04:00 p.m. – 05 :00 p.m.

LUGAR: Centro Integrarte Atención Externa Grupo 9

TEMA: Preparación de Alimentos

ASISTENTES:

Anexo Panilla de Asistencia (ver adjunto)

ORDEN DEL DIA:

1. Socialización preparación de alimentos
2. Actividad practica
3. Evaluación de temas vistos

Objetivo

Orientar a los Manipuladores en los procesos para la transformación de los alimentos mediante la mezcla, modificación física o térmica para ofrecer los alimentos programados en el ciclo de menús a los participantes del Centro Integrarte Atención Externa Grupo 9, asegurando el aporte nutricional, calidad microbiológica y características organolépticas

DESARROLLO

Se hace entrega a los colaboradores de una cartilla informativa en donde se describen los pasos y herramientas necesarias para cada una de las preparaciones que se realizan en la unidad operativa y especifica con su correspondiente registro documental.

Pasos:

- ✓ Definir el menú y la cantidad a preparar
- ✓ Selección de materia primas y pesaje
- ✓ Pre alistamiento de materias primas e ingredientes (frutas, verduras. carnes, pollo pescado, leche y sus derivados
- ✓ Pesaje
- ✓ Adición de los ingredientes
- ✓ Cocción de los alimentos
- ✓ Servido y distribución de los alimentos

Dentro de la socialización se explica la Toma de muestras testigos de alimentos, ya que es necesario que se tengan estas muestras de todos los alimentos preparados en el servicio de alimentación o de alto riesgo, de manera diaria antes de realizar el servido de alimentos y teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

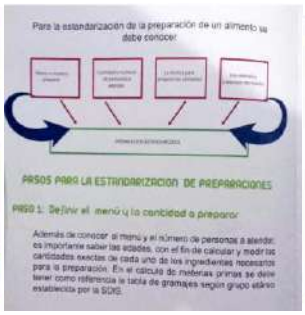
- Antes de realizar la toma de muestras, el personal manipulador debe realizar el lavado de manos de acuerdo con el protocolo establecido.
- Para la toma de muestras se deben usar bolsas de polietileno de cierre hermético tipo sello pack o ziploc o sello clic de baja densidad que protejan completamente la integridad del alimento para evitar cualquier tipo de contaminación, deben ser impermeables al agua y grasas, color transparente, forma lisa, que no influyan en la composición del alimento, con capacidad suficiente para almacenar la cantidad de muestra por preparación. Estas bolsas no pueden ser reutilizadas.
- La toma de la muestra debe realizarse con utensilios diferentes para cada tipo de alimento, nunca directamente con la mano.
- El tamaño de la muestra será el descrito en la siguiente tabla:

Tamaño de muestra de acuerdo con el tipo de alimento.

Tipo De Alimento	Tamaño De La Muestra
Queso	70 gramos
Derivados de cereal*	70 gramos
Bebida láctea caliente o fría	60 ml o cc
Frutab	50 gramos
Sopas o cremas	60 gramos
Proteína origen animal o vegetal	60 gramos
Cereal (arroz, pasta)	50 gramos
Verduras o ensaladas	50 gramos
Tubérculo, plátano, yuca	50 gramos
Jugos	40 ml o cc
Postres con lácteos	70 gramos

Posterior a la socialización se realiza un test para evaluar lo aprendido en la capacitación. Al finalizar se brinda retroalimentación del test teniendo en cuenta las respuestas dadas por los colaboradores en el mismo:


ESTANDARIZACIÓN DE MENUS
Estandarizar un menú consiste en igualar los procedimientos para la preparación de los alimentos sin sacrificar la calidad productiva, realizando las mismas operaciones para obtener el producto final con características sensoriales y nutricionales idénticas.

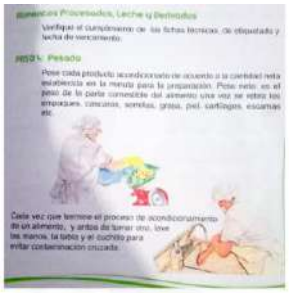

Para la estandarización de la preparación de un alimento se debe conocer
PASOS PARA LA ESTANDARIZACION DE PREPARACIONES
PASO 1: Definir el menú y la cantidad a preparar
Además de conocer el menú y el número de personas a atender, es importante saber las edades, con el fin de calcular y medir las cantidades exactas de cada uno de los ingredientes necesarios para la preparación. En el cálculo de materias primas se debe tener como referencia la tabla de gramajes según grupo etáreo establecida por la SDIS.


PASO 2: Selección de materias primas
Seleccione las materias primas de primera calidad, que cumplan con las características físicas y organolépticas como color, olor, sabor, textura, peso y tamaño. Separe y deseche los alimentos que presenten sobre maduración, magullamiento, puntos negros o descomposición.


PASO 3: Pre alistamiento de materias primas e ingredientes
Inicie el proceso de alistamiento
Seleccione y clasifique los alimentos de la minuta
Frutas y verduras
Carnes, pescado, pollo
Lácteos y derivados
Alimentos Procesados


Frutas y Verduras
1. Lave bajo el chorro de agua cada alimento y elimine tierra, hojas y demás cuerpos extraños.
2. La desinfección debe hacerse por inmersión en la solución preparada de acuerdo a la dosificación y por el tiempo definido en el Plan de Saneamiento Básico según fichas técnicas del producto.
3. Pele y retire las semillas si las hay y separe alimento de desperdicios.


Carnes, Pollo y Pescado
Productos congelados como la carne, pollo, pescado se deben descongelar pasándolos a refrigeración de 24 a 48 horas antes de usarse.
Elimine la grasa en la carne, la piel en el pollo y escamas en el pescado


PASO 4: Pesado
Pese cada producto acondicionado de acuerdo a la cantidad reta establecida en la minuta para la preparación. Pese neto: es el peso de la parte comestible del alimento una vez se retira los empaques, cascaras, semillas, grasa, piel, cartílagos, escamas etc.
Cada vez que termine el proceso de acondicionamiento de un alimento, y antes de tomar otro, lave las manos, la tabla y el cuchillo para evitar contaminación cruzada


PASO 5: Prepare los Equipos, Recipientes y Utensilios
Aliste los equipos como estufas, hornos, licuadores, batidoras, balanza, neveras, refrigeradores, etc., recipientes y utensilios (ollas, cuchillos, tablas, cucharas, bandejas y menaje etc.)


Verifique el volumen de los recipientes ollas y otros, si no lo tienen realice el siguiente procedimiento
Adicione agua e introduzca una regla de aluminio o plástico y mida el nivel del líquido alcanzado y el diámetro del recipiente.
Calcule el volumen del recipiente multiplicando el dato obtenido del nivel del agua (Altura) por el Radio al cuadrado (Radio = Diametro / 2) y este resultado multipliquelo por (3.14)
Volumen = (3.14) x Radio al Cuadrado x Altura


PASO 7: Coccion de los Alimentos
Cocine los alimentos a 75°C o por encima de esta temperatura de manera uniforme, para obtener productos iguales e inocuos. El tiempo de cocción depende de la cantidad a preparar y del tamaño de cada uno de los ingredientes.
Utilice una cuchara diferente para mezclar y otra para probar sin introducir esta segunda en la olla.


PASO 8: Servicio de Alimentos
Aliste los menores, los menajes y espacios como el comedor
Sirva los alimentos, esta vez se finaliza la cocción. Utilice para el servido, utensilios adecuados a la naturaleza del alimento, toda la cantidad requerida para cada consumidor según grupo de edad, no sirva o una alimentos directamente con las manos



Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
JULIAN PEDREROS	Servicios Generales	CIAE GRUPO 9	
ANA ELISABETH MOLINA	Manipuladora de Alimentos	CIAE GRUPO 9	
CINDY ZULEYDA LOPERA BARACALDO	Tecnóloga de Alimentos	CIAE GRUPO 9	

Anexos: No Aplica

ANALISIS DE RESULTADOS

1. Contextualización de la Evaluación

El objetivo de la evaluación en relación con la preparación de alimento, estos son los temas a tratar

- Uso adecuado de ingredientes.
- Equipos y utensilios a utilizar.
- Creatividad y presentación de los platillos.
- Tiempo de preparación y eficiencia.

Para cada una de las 2 personas evaluada del servicio

Persona 1

- **Conocimiento teórico**: 85/100 (demuestra buen dominio de los conceptos).
- **Habilidad práctica**: 90/100 (preparó el platillo correctamente con una excelente presentación).
- **BPM**: 95/100 (seguimiento adecuado de normas de higiene y seguridad).

Persona 2

- **Conocimiento teórico**: 75/100 (demuestra buen dominio de los conceptos).
- **Habilidad práctica**: 86/100 (preparó el platillo correctamente con una excelente presentación).
- **BPM**: 78/100 (seguimiento adecuado de normas de higiene y seguridad).

El análisis puede concluir con una valoración general del desempeño de las 2 personas en función de sus fortalezas y debilidades, lo que proporcionará una visión clara de su preparación en el tema de la preparación de alimentos.

Elaboró: Cindy Zuleyda Lopera Baracaldo