

**PROCESO DIRECCIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL**  
**FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE**

**IDENTIFICACIÓN DE LA GUÍA DE APRENDIZAJE**

- **Denominación del Programa de Formación:** Comidas rapidas
- **Código del Programa de Formación:** 66210081 VERSIÓN 2
- **Nombre del Proyecto ( si es formación Titulada)**
- **Fase del Proyecto ( si es formación Titulada)**
- **Actividad de Proyecto (si es formación Titulada)**
- **Competencia:** PREPARAR ALIMENTOS DE ACUERDO A LA SOLICITUD DEL CLIENTE. (EQUIVALE A LA NORMA NTS USNA 001 DEL MINCOMERCIO, INDUSTRIA Y TURISMO)
- **Resultados de Aprendizaje Alcanzar:**
  - Utilizar adecuadamente las técnicas de preparación de los productos.02 disponer de los residuos al final de la jornada según la normatividad vigente
  - Aplicar adecuadamente medidas y equivalencias y lenguaje técnico usado en comidas
  - Reconocer la materia prima de calidad. para la elaboración de las diferentes
  - Atender con ética, aplicando normas de higiene según los estándares establecidos en cualquier establecimiento gastronómico.
- **Duración de la Guía:** 60 Horas

**SOLIDARIDAD:** Brindo mi ayuda a las personas cuando lo necesitan sin esperar algo a cambio, entiendo que hago parte de una comunidad.

## **2. PRESENTACIÓN**

Apreciados Aprendices, bienvenidos al curso de PREPARACIÓN DE COMIDAS RAPIDAS, bajo el enfoque de competencias laborales, estrategia de aprendizaje por proyectos formativos y con metodologías de formación basadas en didácticas activas como clases magistrales, preguntas, videos y talleres prácticos. Durante su proceso de formación, tiene a su disposición recursos como: el instructor-tutor-formador, el entorno, las Tic, ambiente presencial de formación colaborativo, a partir de los cuales, podrá construir en equipo, las evidencias de aprendizaje concertadas.

Los diferentes conocimiento teórico prácticos que obtendrá el aprendiz durante el curso son técnicas básicas de cocina, manipulación de alimentos, cuidado del medio ambiente y seguridad industrial, aplicadas al área de comidas rápidas.

El éxito y logro del aprendizaje depende de su compromiso, disciplina, puntualidad, responsabilidad, autonomía, creatividad, iniciativa y transparencia.

## **3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE**

### **3.1. ACTIVIDADES DE REFLEXIÓN:**

La cocina es una de las profesiones más antiguas e importantes en el desarrollo del ser humano; sin ella, para la humanidad sería muy difícil subsistir; esta ha evolucionado de ser un oficio a convertirse en una profesión con habilidades y técnicas propias para su desarrollo, como veremos en el transcurso de la competencia de preparar alimentos de acuerdo con la solicitud del cliente, aplicado a las comidas rápidas.

De acuerdo a lo anterior el aprendiz fortalecerá competencias en el área de manipulación de alimentos con las normas básicas de seguridad industrial, manejo de equipos y utensilios; por otra parte, podrá conocer y aplicar conceptos de cocina como recta estándar, mise place, operaciones básicas de cocina entre otros

En su componente técnico desarrollara habilidades en la preparación de alimentos en temas como, cortes, métodos de cocción, salsas básicas, preparación de amasijos y diferentes productos dentro de las comidas rápidas; por lo que el participante puede obtener conocimientos que le permitan mejorar su empleabilidad.

### 3.2. ACTIVIDADES DE CONTEXTUALIZACIÓN

- Normas mínimas de higiene y manipulación de alimentos.
- Medidas y sus equivalencias.-
- Conocimiento de materia prima y batería de cocina.
- Terminología básica de cocina.

#### Descripción de la Actividad:

Actividad 1 Desarrollar el taller escrito donde deberá evidenciar con un mapa mental o resumen los aspectos relevantes de manipulación y conservación de alimentos.

Relacionar con una imagen 5 terminos de gastronomía y su respectiva descripción

Leer y responder con el material de apoyo las preguntas sobre la importancia de una receta estándar

Aplicar medidas de conversión en los ejercicios dispuestos

Analizar los documentos de carnes procesadas y dar respuesta a la importancia de estos procesos dentro de la preparación de las hamburguesas

Desarrollar el cuadro comparativo de equipos y utensilios de cocina

### 3.3. ACTIVIDADES DE APROPIACIÓN

- Manipular adecuadamente el cuchillo.
- Manejar adecuadamente el vocabulario técnico en el área de desempeño.
- Reconocer batería y utensilios de cocina.
- Elaborar las diferentes preparaciones de comidas rápidas según los estándares establecidos.

#### Descripción de la Actividad:

Elaborar una preparación básica de comidas rápidas empleando el uso de una salsa

Realizar la receta estándar de la preparación

#### AMBIENTES:

- Salón dotado con sillas y pizarra
- Cocina dotada de estufa, mesones, utensilios, equipos y zona de lavado

#### MATERIALES REQUERIDOS:

- Equipos y utensilios de cocina
- Materia prima precoderá y no perecedera

### 3.4. ACTIVIDADES DE TRANSFERENCIA:

- Realizar las diferentes técnicas en el proceso de elaboración de los diferentes productos.
- Maneja correctamente las normas de Higiene y manipulación aplicando las B.P.M.
- Aplica correctamente las medidas y sus Equivalencias.
- Presentar adecuadamente las diferentes preparaciones.
- Trabajo en equipo

#### Descripción de la Actividad:

Elaborar un amasijo o una pizza aplicando las técnicas aprendidas, evidenciando el buen uso de las normas de manipulación de alimentos, seguridad en el trabajo y correcta disposición de residuos sólidos al final de la preparación .

#### AMBIENTES:

- Salón dotado con sillas y pizarra
- Cocina dotada de estufa, mesones, utensilios, equipos y zona de lavado

#### MATERIALES REQUERIDOS:

- Equipos y utensilios de cocina
- Materia prima precoderá y no perecedera

### 4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
<b>RAP 1 UTILIZAR ADECUADAMENTE LAS TÉCNICAS DE PREPARACIÓN DE LOS PRODUCTOS.</b> <b>RAP 2 APLICAR ADECUADAMENTE MEDIDAS Y EQUIVALENCIAS Y LENGUAJE TÉCNICO USADO EN COMIDAS</b> <b>RAP 3 RECONOCER LA MATERIA PRIMA DE</b>	<b>RAP 1 Y 2</b> <b>Maneja correctamente las normas de Higiene y manipulación aplicando las B.P.M.-Aplica correctamente la</b>  <b>RAP 3- 4</b>	<b>RAP 1 Y 2</b> TALLER ESCRITO LISTA DE CHEQUEO VALORACIÓN DE PRODUCTO/LISTA DE CHEQUEO

<p><b>CALIDAD. PARA LA ELABORACIÓN DE LAS DIFERENTES</b></p> <p><b>RAP 4 ATENDER CON ÉTICA, APLICANDO NORMAS DE HIGIENE SEGÚN LOS ESTÁNDARES ESTABLECIDOS EN CUALQUIER ESTABLECIMIENTO GASTRONÓMICO.</b></p> <p><b>Evidencias de Conocimiento:</b></p> <p>TALLER ACTIVIDAD 1</p> <p><b>Evidencias de Desempeño:</b></p> <p><b>ELABORAR UNA PREPARACION DE COMIDA RAPIDA APLICANDO EL MANEJO SALSAS Y RECETA ESTANDAR</b></p> <p><b>Evidencias de Producto:</b></p> <p><b>PRESENTAR UN PRODUCTO CON LA TECNICA DE AMASADO, (Amasijo o pizza), APLICANDO BPM, DISPOSICION DE RESIDUOS AL FINAL DE LA PREPARACION</b></p>	<p>Utilizar las diferentes técnicas en el proceso de elaboración de los diferentes productos.- Maneja correctamente las normas de Higiene y manipulación aplicando las B.P.M.-Aplica correctamente las medidas y sus Equivalencias.-Presentar adecuadamente las diferentes preparaciones.-Trabajo en equipo.</p>	
--	--	--

## 5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

**ASAR:** cocinar en parrilla, hornos o sartenes a fuego alto, con un poco o nada de grasa, logrando un producto dorado por el calor, idealmente con jugosidad interna

**AL VAPOR:** acción de cocer alimentos con vapor.

**BAÑO MARÍA:** la acción de cocer de manera indirecta por medio de un baño de agua caliente.

**BLANQUEAR:** pasar por unos segundos por agua hirviendo e inmediatamente hacer un choque térmico con un baño frío (agua con hielos).

**BRUNOISE:** corte cúbico de 3 a 5 milímetros.

**CONCASSÉ:** corte del tomate, sin piel y sin semilla, en brunoise

**ESCALDAR:** pasar por agua hirviendo por corto tiempo

Freír: sumergir el aceite caliente (190 °c), ingredientes para su cocinar y conseguir una textura crocante

**FONDO:** caldo a base de mirepoix (zanahoria, cebolla, apio) y proteína (pescado, pollo, carne de res o cerdo).  
Jardinera: corte pequeño de vegetales, de 4mm x 4 mm x 3-4 cm.

**JULIANA:** corte largo de vegetales según la forma del mismo.

**LIGAR:** lograr el espesor de una salsa agregando elementos espesantes.

**MARINAR:** someter generalmente proteínas crudas a ingredientes aromáticos, vinos o cerveza, sales o azúcar, para aportar sabor y aroma

**MIREPOIX:** corte irregular de zanahoria, cebolla y apio, usado para aromatizar fondos, salsas y otras preparaciones.

**ROUX:** preparación básica en la cocina, compuesta por partes generalmente iguales de mantequilla y harina

**SALTEAR:** cocinar en un sartén con un poco de grasa, a fuego alto y rápidamente.

## 6. REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS

Sánchez. (2017). IC Editorial. Aprovechamiento de materias primas. Recuperado de:

<https://ebookcentral-proquest-com.proxy.umb.edu.co/lib/biblioumb/reader.action?docID=5350020&query=cocina+basica>

Caro. A (2017). IC Editorial. Realización, de elaboraciones básicas y elementales de cocina y asistir elaboración. Recuperado de

<https://ebookcentral-proquestcom.proxy.umb.edu.co/lib/biblioumb/reader.action?docID=5350063&query=cocina+basica>

## 7. CONTROL DEL DOCUMENTO

Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
--------	-------	-------------	-------



Autor (es)	NIDYA AIDEE RISCANEVO	Instructor Instructor	Centro de Desarrollo Agroempresarial	18/09/2020
------------	-----------------------	--------------------------	--	------------

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

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)					