


## ASIGNATURA DE PRODUCCIÓN DE COCINA SALUDABLE Y SUSTENTABLE

### UNIDADES DE APRENDIZAJE

<b>1. Competencias</b>	Generar estrategias comerciales que contribuyan a la inserción y posicionamiento de productos gastronómicos a partir de la creación y ejecución de técnicas culinarias originales.
<b>2. Cuatrimestre</b>	Octavo
<b>3. Horas Teóricas</b>	20
<b>4. Horas Prácticas</b>	25
<b>5. Horas Totales</b>	45
<b>6. Horas Totales por Semana Cuatrimestre</b>	3
<b>7. Objetivo de aprendizaje</b>	El alumno creará productos saludables, con la finalidad de utilizar al máximo los recursos y materias primas para tener una buena alimentación.

Unidades de Aprendizaje	Horas		
	Teóricas	Prácticas	Totales
<b>I. PRODUCTOS SALUDABLES</b>	5	10	15
<b>II. PRODUCTOS SUSTENTABLES</b>	5	10	15
<b>III. PRODUCCIÓN DE COCINA SALUDABLE Y SUSTENTABLE</b>	5	10	15
<b>Totales</b>	<b>20</b>	<b>25</b>	<b>45</b>


<b>ELABORÓ:</b>	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Gastronomía	<b>REVISÓ:</b>		
<b>APROBÓ:</b>	C. G. U. T.	<b>FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:</b>	Septiembre de 2011	

# PRODUCCIÓN DE COCINA SALUDABLE Y SUSTENTABLE


## UNIDADES DE APRENDIZAJE

<b>1. Unidad de aprendizaje</b>	<b>I. Alimentos saludables</b>
<b>2. Horas Teóricas</b>	5
<b>3. Horas Prácticas</b>	10
<b>4. Horas Totales</b>	15
<b>5. Objetivo de la Unidad de Aprendizaje</b>	El alumno preparara productos saludables cumpliendo con los normatividad en la elaboración de platillos.

Temas	Saber	Saber hacer	Ser
Platos de bien comer	Conocer los fundamentos del plato del bien comer.	<p>Clasificar alimentos por grupo nutricional.</p> <p>Analizar la NOM 043 SSA2- 2005.</p> <p>Elaborar productos gastronómicos con la clasificación del plato del bien comer.</p>	<p>Trabajo en equipo</p> <p>Responsabilidad</p> <p>Creatividad</p> <p>Compromiso</p> <p>Respeto</p>
Fundamentos del Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes	Identificar las características del Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes.	<p>Preparar productos gastronómicos equilibrados nutricionalmente.</p> <p>Explicar las tablas del Sistema Mexicano de Alimentos y Equivalentes.</p>	<p>Puntualidad</p> <p>Trabajo en equipo</p> <p>Responsabilidad</p> <p>Pulcritud</p> <p>Honestidad</p> <p>Creatividad</p> <p>Trabajo bajo presión</p> <p>Autocontrol</p> <p>Compromiso</p> <p>Respeto</p> <p>Actitud de servicio</p>

<b>ELABORÓ:</b>	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Gastronomía	<b>REVISÓ:</b>		
<b>APROBÓ:</b>	C. G. U. T.	<b>FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:</b>	Septiembre de 2011	


<b>Temas</b>	<b>Saber</b>	<b>Saber hacer</b>	<b>Ser</b>
Cálculo de valor energético	Identificar las tablas del valor nutritivo de alimentos.  Identificar los principios básicos del cálculo del valor energético de un platillo.	Preparar productos gastronómicos equilibrados nutricionalmente a partir del cálculo del valor energético.	Puntualidad Trabajo en equipo Responsabilidad Pulcritud Honestidad Creatividad Trabajo bajo presión Autocontrol Compromiso Respeto Actitud de servicio

<b>ELABORÓ:</b>	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Gastronomía	<b>REVISÓ:</b>		
<b>APROBÓ:</b>	C. G. U. T.	<b>FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:</b>	Septiembre de 2011	

# PRODUCCIÓN DE COCINA SALUDABLE Y SUSTENTABLE

## PROCESO DE EVALUACIÓN

Resultado de aprendizaje	Secuencia de aprendizaje	Instrumentos y tipos de reactivos
<p>Elaborar un producto gastronómico y generar un reporte donde indique:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Información nutrimental.</li> <li>• El grupo de alimentos al que pertenece.</li> <li>• La división a la que corresponde, según la NOM 043 SSA2-2005</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar la clasificación nutricional.</li> <li>2. Identificar las características del Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes.</li> <li>3. Calcular del valor energético de platillos.</li> <li>4. Comprender los grupos de alimentos y función.</li> <li>5. Analizar la NOM 043 SSA2-2005.</li> <li>6. Analizar las tablas del valor nutritivo de alimentos.</li> <li>7. Diseñar productos gastronómicos acordes a los valores nutrimentales.</li> </ol>	<p>Estudio de casos Lista de cotejo</p>

<b>ELABORÓ:</b>	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Gastronomía	<b>REVISÓ:</b>		
<b>APROBÓ:</b>	C. G. U. T.	<b>FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:</b>	Septiembre de 2011	

# DESARROLLO DE PRODUCTOS SALUDABLE Y SUSTENTABLES

## PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE

Métodos y técnicas de enseñanza	Medios y materiales didácticos
Tareas de investigación Equipos colaborativos Simulación	Equipo multimedia Computadora Impresos de casos Laboratorio de cocina equipos de medición  REVISAR MATERIA DE GASTRO PÁRA VER REQUISICIONES

### ESPACIO FORMATIVO

Aula	Laboratorio / Taller	Empresa
X		


<b>ELABORÓ:</b>	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Gastronomía	<b>REVISÓ:</b>		
<b>APROBÓ:</b>	C. G. U. T.	<b>FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:</b>	Septiembre de 2011	

# PRODUCCIÓN DE COCINA SALUDABLE Y SUSTENTABLE

## UNIDADES DE APRENDIZAJE

<b>1. Unidad de Aprendizaje</b>	<b>II. Alimentos sustentables</b>
<b>2. Horas Teóricas</b>	5
<b>3. Horas Prácticas</b>	10
<b>4. Horas Totales</b>	15
<b>5. Objetivo de la Unidad de Aprendizaje</b>	El alumno elaborará productos gastronómicos vegetarianos a partir del conocimiento de la sustentabilidad alimentaria y la obtención de materia prima por medio de un huerto sustentable.


Temas	Saber	Saber hacer	Ser
Antecedentes de la sustentabilidad alimentaria.	Definición de sustentabilidad.	Diseñar productos gastronómicos considerando los elementos básicos de la sustentabilidad	Puntualidad Trabajo en equipo Responsabilidad Honestidad Creatividad Compromiso Respeto
Generación de productos sustentables	Agricultura sustentables Huertos sustentables Productos sustentables	Establecimientos de cultivos (sustrato, semilla, siembra, tipo de riego), en la elaboración de un huerto.	Puntualidad Trabajo en equipo Responsabilidad Honestidad Creatividad Compromiso Respeto
Comida vegetariana	Distinguir los diferentes tipos de comida vegetariana:  - vegano -lacto-vegetariano -ovo-vegetariano -lacto-ovo-vegetariano -crudivoro -esteinerianos -eubioticos -frutarianos -granivorianos -lacto-cereleanos -macrobioticos -naturistas	Diseñar platillos balanceados a partir de la materia prima obtenida en el huerto escolar.	Puntualidad Trabajo en equipo Responsabilidad Pulcritud Honestidad Proactividad Creatividad Trabajo bajo presión Autocontrol Compromiso Respeto Actitud de servicio

<b>ELABORÓ:</b>	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Gastronomía	<b>REVISÓ:</b>		
<b>APROBÓ:</b>	C. G. U. T.	<b>FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:</b>	Septiembre de 2011	

# PRODUCCIÓN DE COCINA SALUDABLE Y SUSTENTABLE

## PROCESO DE EVALUACIÓN

Resultado de aprendizaje	Secuencia de aprendizaje	Instrumentos y tipos de reactivos
<p>Elaborará un platillo vegetariano a partir de la materia prima obtenida en el huerto y deberá especificar en un reporte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El establecimiento del cultivo con el que está preparado. (sustrato, semilla, siembra, tipo de riego, cosecha).</li> <li>• impacto al medio ambiente.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identificar la definición de sustentabilidad.</li> <li>2. Comprender la importancia de la agricultura sustentable y los huertos sustentables.</li> <li>3. Identificar los productos sustentables.</li> <li>4. Comprender la sustentabilidad ambiental.</li> <li>5. Elaborar de comida vegetariana considerando su balance nutrimental</li> </ol>	<p>Lista de cotejo Ejercicios prácticos</p>


<b>ELABORÓ:</b>	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Gastronomía	<b>REVISÓ:</b>		
<b>APROBÓ:</b>	C. G. U. T.	<b>FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:</b>	Septiembre de 2011	

# PRODUCCIÓN DE COCINA SALUDABLE Y SUSTENTABLE

## UNIDADES DE APRENDIZAJE

<b>6. Unidad de Aprendizaje</b>	<b>III. PRODUCCIÓN DE COCINA SALUDABLE Y SUSTENTABLE</b>
<b>7. Horas Teóricas</b>	5
<b>8. Horas Prácticas</b>	10
<b>9. Horas Totales</b>	15
<b>10. Objetivo de la Unidad de Aprendizaje</b>	El alumno desarrollará productos gastronómicos saludables para diferentes segmentos de mercado considerando el aporte nutricional que contribuya a mejorar su calidad de vida.

Temas	Saber	Saber hacer	Ser
Productos Gastronómicos para el segmento infantil de 10 a 12 años	Identificar el aporte calórico necesario para el funcionamiento adecuado del organismo y su estilo de vida.  Identificar los alimentos que consume el mercado meta con la finalidad de detectar áreas de oportunidad para generar nuevos productos	Benchmarking.  Diseñar productos gastronómicos acordes al segmento infantil de 10 a 12 años.	Puntualidad Trabajo en equipo Responsabilidad Honestidad Creatividad Compromiso Respeto
Productos Gastronómicos para atletas de alto rendimiento.	Identificar el aporte calórico necesario para el funcionamiento adecuado del organismo y su estilo de vida.  Identificar los alimentos que consume el mercado meta con la finalidad de detectar áreas de oportunidad para generar nuevos productos.	Benchmarking  Diseñar productos gastronómicos acordes al segmento infantil de 10 a 12 años.	Puntualidad Trabajo en equipo Responsabilidad Pulcritud Honestidad Creatividad Trabajo bajo presión Autocontrol Compromiso Respeto Actitud de servicio


<b>ELABORÓ:</b>	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Gastronomía	<b>REVISÓ:</b>		
<b>APROBÓ:</b>	C. G. U. T.	<b>FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:</b>	Septiembre de 2011	



# SEGURIDAD E HIGIENE DE ALIMENTOS

## PROCESO DE EVALUACIÓN

Resultado de aprendizaje	Secuencia de aprendizaje	Instrumentos y tipos de reactivos
Elaborar productos gastronómicos para un segmento de mercado previamente establecido		Lista de cotejo Ejercicios prácticos

<b>ELABORÓ:</b>	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Gastronomía	<b>REVISÓ:</b>		
<b>APROBÓ:</b>	C. G. U. T.	<b>FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:</b>	Septiembre de 2011	

# DISEÑO DE PRODUCTOS SALUDABLES Y SUSTENTABLES

## PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE

Métodos y técnicas de enseñanza	Medios y materiales didácticos
Tareas de investigación Simulación Análisis de casos	Equipo multimedia Computadora Impresos de casos Laboratorio de cocina

### ESPACIO FORMATIVO


Aula	Laboratorio / Taller	Empresa
	X	

<b>ELABORÓ:</b>	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Gastronomía	<b>REVISÓ:</b>		
<b>APROBÓ:</b>	C. G. U. T.	<b>FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:</b>	Septiembre de 2011	

# PRODUCCIÓN DE COCINA SALUDABLE Y SUSTENTABLE

## CAPACIDADES DERIVADAS DE LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES A LAS QUE CONTRIBUYE LA ASIGNATURA


Capacidad	Criterios de Desempeño
Identificar los elementos básicos que intervienen en la generación y desarrollo de un producto gastronómico.	Elabora un documento en donde justifique las características del producto; descripción física; marca; envase, embalaje y/o etiqueta cuando aplique; mercado meta; ventaja competitiva del producto y principales competidores.
Identificar técnicas culinarias de la chocolatería y confitería, cocina mexicana tradicional, cocina sustentable y de la cocina saludable que contribuya a la elaboración de productos gastronómicos a partir de un nicho de mercado pre-establecido.	Elaborará un producto gastronómico considerando el segmento del mercado, receta estándar, empaque y embalaje.

<b>ELABORÓ:</b>	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Gastronomía	<b>REVISÓ:</b>		
<b>APROBÓ:</b>	C. G. U. T.	<b>FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:</b>	Septiembre de 2011	

# PRODUCCIÓN DE COCINA SALUDABLE Y SUSTENTABLE

## FUENTES BIBLIOGRÁFICAS

Autor	Año	Título del Documento	Ciudad	País	Editorial
Mahan, L, K, & Escott- stumo, S	(2001)	<i>Nutrición y Dietoterapia de Krause. Decime edición.</i>	philadelp hia	E.U.A	Mc Graw Hill
Promoción y educación para la salud en materia alimentaria criterios para brindar orientación.	(2006)	<i>Normal oficial mexicana. NOM-043-SSA2-2005 Servicio básico de salud</i>	México, D.F	México	Secretaria de salud
Pérez, A, B Palacios, B & Castro, A, I	(2008)	<i>Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes.</i>	México, D.F	México	Fomento Nacional de Nutrición
Salvador G, & Lucia, B	(2001)	<i>Larousse de la dietética y la nutrición.</i>	Barcelon a	España	Larousse

<b>ELABORÓ:</b>	Comité de Directores de la Carrera de TSU en Gastronomía	<b>REVISÓ:</b>		
<b>APROBÓ:</b>	C. G. U. T.	<b>FECHA DE ENTRADA EN VIGOR:</b>	Septiembre de 2011	