



## Centro Universitario del Norte

### Programa de Estudio por Competencias Profesionales Integradas

#### 1. IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

Centro Universitario

CENTRO UNIVERSITARIO DEL NORTE

Departamento:

BIENESTAR Y DESARROLLO SUSTENTABLE

Academia:

NUTRICIÓN

Nombre de la unidad de aprendizaje:

SELECCIÓN Y PREPARACIÓN DE ALIMENTOS

Clave de la materia:	Horas de teoría:	Horas de práctica:	Total de horas:	Valor en créditos:
I8840	17	51	68	5

Tipo de curso:	Nivel en que se ubica:	Programa educativo	Prerrequisitos:
<b>C</b> = curso <b>CL</b> = curso laboratorio <b>L</b> = laboratorio <b>P</b> = práctica <b>T</b> = taller <b>CT</b> = curso - taller <b>N</b> = clínica <b>M</b> = módulo <b>S</b> = seminario	Técnico Medio Técnico Superior Universitario <b>Licenciatura</b> Especialidad Maestría Doctorado	Licenciatura en Nutrición	Cálculo Dietético y Planeación de Menús

Área de formación:

Básica Particular Obligatoria

Perfil docente:

Profesional con experiencia en la planeación de menús, en la selección y compra de alimentos así como las distintas técnicas culinarias, preferentemente licenciado en nutrición con posgrado en áreas afines concluido o en proceso. En constante actualización disciplinar, capaz de formar recursos humanos en nutrición competentes para la selección de alimentos y diseño de menús considerando todas las variables y aplicando técnicas culinarias con estándares de calidad nacional, así como la normatividad vigente.

Elaborado por:	Evaluado y actualizado por:
MDM. Almeirim Isabel Acosta Bahena MNC. Erika Elizabeth Mejía Marín, NC MNC. Laura Gisela Moreno Mejía, NC LN. Miriam Aracely Mercado Zepeda, NC MNH. Laura Cristina Robles Robles, NC LN. Verónica Bautista Olguín	Academia de Gestión en Servicios de Salud

Fecha de elaboración:	Fecha de última actualización aprobada por la Academia
7 Julio 2015	

## 2. COMPETENCIA (S) DEL PERFIL DE EGRESO

Comprende y utiliza tecnologías de la información y comunicación (oral y escrita) apropiadas en todas las áreas de desempeño profesional, con ética, responsabilidad y visión humanística en el contexto profesional y social.

Integra los conocimientos adquiridos para la administración de servicios de alimentos en instituciones públicas y privadas, considerando las características de los comensales, los recursos materiales, financieros y humanos y aplicando los estándares de calidad nacionales así como la normatividad vigente.

Se compromete con el ejercicio de su profesión, considerando aspectos ético-normativos aplicables en la atención de la salud, así como respetando la diversidad de los individuos con apego a los derechos humanos, respondiendo con calidad a las demandas laborales, profesionales y sociales.

## 3. PRESENTACIÓN

La unidad de aprendizaje complementa las bases para lograr diseñar menús basados en los principios gastronómicos, permitiendo al licenciado en nutrición diseñar y planear menús, estimando los costos de producción y la disponibilidad de los insumos, aplicando conocimientos previamente adquiridos en la unidad de aprendizaje de cálculo dietético y planeación de menús.

La selección y preparación de alimentos son imprescindibles para el nutriólogo en cualquiera de las áreas de la nutrición ya que permite asegurar la menor pérdida de nutrientes y por consiguiente el mejor aprovechamiento de los alimentos; así como aplicar las técnicas culinarias para adecuar consistencias y tipos de combinaciones de alimentos según el tipo de comensal, sin que por ello se tenga que sacrificar sabor o gusto por el platillo en cuestión.

El conocimiento de selección y preparación de alimentos permite al nutriólogo organizar y

calcular tiempos de preparación, para elaborar menús saludables para individuos y colectividades.

Gestión organizacional de servicios de alimentos: Diseñar un servicio de alimentos contemplando elementos legales, organizacionales y administrativos.

Gestión de servicios de alimentos en instituciones de salud: Analizar las distintas propuestas de menús institucionales y la organización de los servicios de alimentos en instituciones públicas o privadas.

Prerrequisito: Cálculo dietético y planeación de menús; domina el cálculo dietético para el diseño de menús de acuerdo a la dieta correcta y a un presupuesto en beneficio de individuos y colectividades.

#### 4. UNIDAD DE COMPETENCIA

Elabora menús saludables considerando el proceso productivo de alimentos con fundamentos culinarios y gastronómicos, de forma eficiente y eficaz de acuerdo a la cultura e identidad de los individuos y las poblaciones, con un enfoque humanístico y ético.

#### 5. SABERES

<b>Prácticos</b>	<p>Selecciona alimentos adecuados para integrar un menú.</p> <p>Aplica las diferentes técnicas culinarias para la preparación de alimentos.</p> <p>Compara los distintos menús de acuerdo a las necesidades individuales y/o colectivas.</p> <p>Prepara menús saludables aplicando los principios gastronómicos.</p>
<b>Teóricos</b>	<p>Comprende las técnicas de preparación de alimentos.</p> <p>Fundamenta la producción de alimentos en procesos de alimentación individual y/o colectiva.</p> <p>Aplica los principios gastronómicos en el diseño de menús.</p>

<b>Formativos</b>	Actúa de acuerdo con la normatividad nacional con juicio crítico.  Prioriza la selección de información en fuentes bibliográficas confiables.
-------------------	---

## 6. CONTENIDO TEÓRICO PRÁCTICO (temas y subtemas)

### Técnicas culinarias

- Técnicas culinarias básicas
- Equipos de cocina
- Métodos de cocción
- Tipos de corte: carnes, frutas y verduras.
- Principios gastronómicos

### Tipos de menús

- Menú fijo
- Menú selectivo y no selectivo
- Menú a la carta
- Menú cíclico

### Normatividad nacional vigente

- Condiciones higiénicas del personal
- Recepción y almacenamiento de alimentos
- Contaminación cruzada

### Selección de alimentos

- Criterios de selección y rechazo de los alimentos
- Temporalidad de los alimentos
- Relación costo-beneficio

## 7. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE POR CPI

Durante el curso el alumno y el profesor logran las competencias utilizando la búsqueda y revisión de literatura científica, elabora reporte de lectura y otras actividades que le permitan comprender los aspectos teóricos y posteriormente llevarlos a la aplicación práctica (en espacios reales), teniendo como guía el manual de prácticas y la plataforma virtual (MOODLE).

Se anexa el apartado de planeación e instrumentación didáctica, en el que se detallan las estrategias y las actividades de enseñanza y aprendizaje (técnicas, actividades no presenciales, estudio auto dirigido, entre otras), así como recursos y materiales didácticos, laboratorio, uso de TICS u otros contextos de desempeños.

## 8. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE POR CPI

<b>8. 1. Evidencias de aprendizaje</b>	<b>8.2. Criterios de desempeño</b>	<b>8.3. Contexto de aplicación</b>
Diseño de menú cíclico 2 semanas, basándose en la temporalidad de los alimentos	Elaboración de menú cíclico, en las diferentes etapas del ciclo de la vida.	Área de dietología y aula.

<p>y la relación costo- beneficio.</p> <p>Revisión de artículos del área.</p> <p>Reportes de prácticas.</p>	<p>Desayuno, comida, cena y 2 colaciones.</p> <p>Criterios de la NOM-043-SSA2-2012.</p> <p>Dándole continuidad la ficha técnica (Mise en place).</p> <p>Diseño y elaboración de menús con principios gastronómicos.</p> <p>Utilizando porcentajes de adecuación de <math>\pm 10</math> kcal para macronutrientos y micronutrientos: Vit. C ,Vit. A, ácido fólico, hierro, calcio, sodio, colesterol, fibra (el <math>\pm 10</math> kcal es por costos en el área de servicios de alimentos).</p> <p>Realizar reporte de lectura del artículo, cumpliendo los criterios del profesor.</p> <p>Realizar el reporte de práctica justificando con referencias bibliográficas el menú.</p> <p>Utilizando porcentajes de adecuación de <math>\pm 10</math> kcal para macronutrientos y micronutrientos: Vit. C ,Vit. A, ácido fólico, hierro, calcio, sodio, colesterol, fibra (el <math>\pm 10</math> kcal es por costos en el área de servicios de alimentos).</p> <p>Incluir fotografía del proceso o platillo final.</p>	<p>Plataforma virtual (MOODLE) y aula.</p> <p>Área de dietología y aula.</p>
---	---	--

## 9. CALIFICACIÓN

Menú cíclico	30%
Manual de prácticas (Reportes)	30%
Plataforma virtual	30%
Examen departamental	10%

## **10. ACREDITACIÓN**

1. Derecho a examen ordinario con el 80% de asistencias.
2. Derecho a examen extraordinario con el 60% de asistencias.

## **11. BIBLIOGRAFÍA**

### **BIBLIOGRAFÍA BÁSICA**

- 1.- Gil Angel. Tratado de Nutrición Tomo II. Composición y Calidad Nutritiva de los Alimentos. Ed. Médica Panamericana. \*(QP141T73)
- 2.- Norma Oficial Mexicana NOM- 251-SSA1-2009. Prácticas de higiene para el proceso de alimentos, bebidas.
- 3.- Gil Alfredo. Procesos de elaboración culinaria.1<sup>a</sup> ed. Ed. Akal. Madrid. 2012.\* (TX551 G552012).
- 4.- LE CORDON BLEU. Las técnicas del chef: equipo, ingredientes, terminología gastronómica. Italia: Blume,pp. 71-79. (2002)

### **BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA**

- 1.- Taylor Eunice, Taylor Jerry. Fundamentos de la Teoría y Práctica del Catering, Ed. Acribia. 2001.
- 2.- Martín C. Díaz J. Nutrición y Dietética. 2da Ed. 2009. España \*(RM216 M372009)
- 3.- LAROUSSE todo sobre la cocina, 150 sencillas tareas para cocinar como los profesionales. Ed. Larousse. 2011. México.