

**PLANTEAMIENTO CURRICULAR
ESCUELA DE COCINA MANQ'Á**

PROGRAMA DE FORMACIÓN GASTRONÓMICA



MÓDULO CULTURA MANQ'A



MANQ'A es una escuela de cocina que en Bogotá desarrolla su acción a través de la Fundación PT. MANQ'A es un vocablo en lengua aymara que significa comida. Dirigida a jóvenes en situación de vulneración social de 16 a 35 años de edad. Ofrece una capacitación de 6 meses para certificarse como técnico laboral en cocina. En MANQ'A se revaloriza el producto local, se afianza la identidad por lo propio, se promueve el comercio justo y solidario con pequeños productores campesinos.

CONTENIDOS

1. La filosofía MANQ'A. Una propuesta de vida desde el alimento.
2. Actores de la cadena gastronómica y su valor desde la filosofía MANQ'A.
3. Las cocinas tradicionales.
4. Producción agroalimentaria limpia y sostenible.
5. La importancia de seguir promoviendo nuestras tradiciones para preservar nuestra identidad y coexistencia.

21 horas



MÓDULO TÉCNICAS BÁSICAS DE COCINA



CONTENIDOS

1. Introducción a la cocina básica.
2. Normas de higiene y seguridad alimentaria a fin de aplicarla en la vida diaria.
3. Funciones de una brigada de cocina y la importancia de trabajar en equipo.
4. Importancia de la imagen del cocinero y sus responsabilidades.
5. Normas generales del mise en place y aplicación práctica.
6. Pruebas organolépticas de las hierbas, condimentos y especias utilizadas en la cocina.
7. Manejo de los diferentes tipos de cuchillos según corte y producto.

72 horas

MÓDULO TÉCNICAS BÁSICAS DE COCINA



8. Aplicación de las técnicas de cocción y los fondos de cocina.
9. Elaboración y uso de salsas madre de acuerdo con el ingrediente.
10. Preparación de recetas clásicas aplicando técnicas, salsas, cortes y acompañamientos.
11. Diseño y elaboración de un menú.
12. Montaje y operación en la arquitectura del plato bajo parámetros definidos según tendencias.
13. Conocimiento de un producto en descomposición y cuando se debe desechar.
14. Elaboración de salsas de acuerdo con las órdenes de producción.
15. Dominio del manejo de tiempos y temperaturas aplicados a una proteína.

72 horas

MÓDULO NUTRICIÓN



CONTENIDOS

1. Alimentación saludable.
2. Guías alimentarias colombianas.
3. Plato saludable de la familia colombiana.
4. Rotulación y etiquetado nutricional.
5. Necesidades nutricionales.
6. Enfermedades relacionadas con la alimentación: por déficit y exceso.
7. Soberanía alimentaria: el contexto mundial, tendencias y contra-tendencias.
8. Soberanía alimentaria: producción en casa (germinados).
9. Soberanía alimentaria: producción en casa (huertas caseras).

33 horas

MÓDULO COCINA COLOMBIANA



CONTENIDOS

1. Introducción a la cocina colombiana (breve reseña histórica).
2. Colombia país de regiones (diferentes regiones culinarias colombianas).
3. B.P.M. e higiene (repaso sobre higiene personal y en la cocina).
4. La cocina de la región Caribe.
5. La cocina de la región Andén del Pacífico.
6. La cocina de la región del Gran Cauca.
7. La cocina del Viejo Caldas.
8. La cocina de los Santanderes.
9. La cocina de los Llanos, Amazonía y Orinoquía.

33 horas

MÓDULO COCINA COLOMBIANA



CONTENIDOS

10. La cocina del Altiplano Cundiboyacense.
11. La cocina del Tolima Grande.
12. La cocina creativa colombiana (principios, bases y técnicas).
13. La cocina colombiana saludable (características, conceptos y bases).
14. La importancia de los convenios con agremiaciones campesinas y su responsabilidad con el medio ambiente.
15. La importancia de la salvaguarda de la identidad de la cocina colombiana como patrimonio inmaterial de una sociedad.
16. Montajes tradicionales y vanguardistas de la cocina colombiana.
17. Exposición mediante concurso del conocimiento adquirido en el módulo acerca de la cocina colombiana.

121 horas

MÓDULO HABILIDADES PARA LA VIDA



CONTENIDOS

1. Autoconciencia.
2. Autoestima e inteligencia emocional.
3. Autodeterminación.
4. Comunicación asertiva.
5. Resolución de conflictos.
6. Liderazgo personal.
7. Cinco tipos de personalidad y sus variantes.
8. Cultura de emprendimiento y características de la persona emprendedora.

33 horas

MÓDULO MESA Y BAR



CONTENIDOS

1. Deontología de la profesión.
2. Diseño de espacios y distribución de equipos de un restaurante.
3. El personal del comedor: brigadas, funciones, cualidades y deberes de la brigada.
4. Esquemas funcionales de varios tipos de restaurantes.
5. Composición de menús; montaje de mesas de acuerdo con el menú; tipos de servicio.
6. Tipos de Desayunos; Taller Práctico de desayunos (americano y Continental).
7. Técnicas de Cocina comedor (Flambeo, Trinchado de Aves, Porcionamiento, Desespinado de pescados).
8. El café: Cafés especiales en Colombia y taller.
9. Funcionamiento y mantenimiento de máquinas espresso.
10. El Bar: Las bebidas y su clasificación. Taller práctico de cata y servicio de vinos.
11. El Coctel: Historia y clasificación. Formulación y preparación de bebidas mezcladas.

66 horas

MÓDULO EMPLEABILIDAD



CONTENIDOS

1. Análisis del mercado laboral.
2. Empleabilidad y propuesta de valor.
3. Técnicas de presentación de hoja de vida.
4. Técnicas de presentación para entrevista de trabajo.
5. Ferias de empleo y oportunidades para jóvenes (agencia pública de empleo SENA).
6. Contrato laboral y tipos de contratos.
7. Período de prueba, indemnización, retiro voluntario.
8. Justas causas para dar por terminado el contrato de trabajo por parte del empleador.
9. Obligaciones del trabajador y prohibiciones del empleador.
10. Reglamento interno de trabajo.
11. Sistema de seguridad social, aportes parafiscales, prestaciones sociales.
12. Jornada laboral y salario mínimo legal vigente.

33 horas

MÓDULO COCINA INTERNACIONAL



CONTENIDOS

1. Introducción a la cocina internacional.
2. Origen y marco histórico de la cocina y el fuego.
3. Figuras relevantes en el contexto mundial de la cocina.
4. Técnicas de presentación para entrevista de trabajo.
5. Origen de algunos ingredientes usados en cocina.
6. Cocina española.
7. Cocina francesa.
8. Cocina italiana.
9. Cocina del sudeste asiático.
10. Cocina brasilera.
11. Cocina mexicana.
12. Cocina peruana.
13. Cocina boliviana.
14. Cocina venezolana.
15. Cocina del sur de los Estados Unidos.
14. Trabajos escritos y sustentación.
15. Evaluación teórico-práctica.

71 horas



MÓDULO EMPRENDIMIENTO



CONTENIDOS

1. Ecosistema de emprendimiento e innovación en Colombia.
2. Instituciones agentes y política regional (Bogotá) de emprendimiento.
3. Etapas del emprendimiento.
4. Entornos de comercialización digitales: redes sociales como canales de venta y conocimiento del cliente potencial. Plataformas y logística.
5. Características del emprendedor, liderazgo.
6. Fijación de precios a partir del costo.
7. Modelo CANVAS.
8. Pasos para la formación de proyectos productivos.

33 horas