



## **CARRERA DE GASTRONOMÍA**

### **TEMA:**

“GUIA DE PROCESOS DE COCINA APLICADO EN CINCO NUEVOS BREAKS  
PARA LA COCINA DEL PERSONAL DE SUPERMAXI CUENCA”

### **AUTOR:**

BRYAM ISMAEL PANAMA MORALES  
DANIEL SEBASTIAN ROJAS POZO

TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:  
**TECNÓLOGO EN GASTRONOMÍA**

### **TUTORES:**

• PROF. MARCO GÓMEZ

CUENCA – ECUADOR, 2022

## DERECHOS DE AUTOR

---

Los derechos de esta obra son irrenunciables y corresponden a su **AUTOR**, incluido sus derechos patrimoniales. El **Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano** tiene licencia gratuita e intransferible sobre esta obra para uso no comercial, de necesitar uso comercial requiere autorización de su titular.

**CARRERA DE GASTRONOMÍA**  
**CERTIFICACIÓN DEL TUTOR**  
**Aprobación del Trabajo de Titulación**

---

Doy fe que el trabajo desarrollado por el/la/los estudiantes: **DANIEL SEBASTIAN ROJAS POZO, BRYAM ISMAEL PANAMA MORALES** con el título **“GUIA DE PROCESOS DE COCINA APLICADO EN CINCO NUEVOS BREAKS PARA LA COCINA DEL PERSONAL DE SUPERMAXI CUENCA”**, cumple con los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del jurado examinador que se designe.

Atentamente,



---

MARCO ANTONIO GÓMEZ PARRA

C.I 0105263834

## DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL TRABAJO

---

Yo, **Daniel Sebastián Rojas Pozo**, estudiante del **Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano** de la ciudad de Cuenca - Ecuador, que cursó la Tecnología en **TECNOLOGIA EN GASTRONOMIA MENCIÓN COCINA PROFESIONAL** declaro en forma libre y voluntaria que la presente investigación que versa sobre **“GUIA DE PROCESOS DE COCINA APLICADO EN CINCO NUEVOS BREAKS PARA LA COCINA DEL PERSONAL DE SUPERMAXI CUENCA”** así como las expresiones vertidas en la misma, son autoría de la compareciente, quien ha realizado en base a recopilación bibliográfica, consultas de internet y consultas de campo.

En consecuencia, asumo la responsabilidad de la originalidad de la misma y el cuidado al remitirme a las fuentes bibliográficas respectivas para fundamentar el contenido expuesto.

Atentamente,



---

**Daniel Sebastián Rojas Pozo**

**Cédula:** 0105301253

## DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL TRABAJO

---

Yo, **Bryam Ismael Panamá Morales**, estudiante del **Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano** de la ciudad de Cuenca - Ecuador, que cursó la Tecnología en **TECNOLOGIA EN GASTRONOMIA MENCIÓN COCINA PROFESIONAL** declaro en forma libre y voluntaria que la presente investigación que versa sobre **“GUIA DE PROCESOS DE COCINA APLICADO EN CINCO NUEVOS BREAKS PARA LA COCINA DEL PERSONAL DE SUPERMAXI CUENCA”** así como las expresiones vertidas en la misma, son autoría de la compareciente, quien ha realizado en base a recopilación bibliográfica, consultas de internet y consultas de campo.

En consecuencia, asumo la responsabilidad de la originalidad de la misma y el cuidado al remitirme a las fuentes bibliográficas respectivas para fundamentar el contenido expuesto.

Atentamente,



---

**Bryam Ismael Panamá Morales**

**Cédula:** 0106445794

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación estuvo enfocado en la elaboración de una guía de procesos culinarios aplicados en las cocinas del Supermaxi, pues, se encontró como problemática de esta institución, que se desechaba gran cantidad de productos que podrían ser reutilizados en favor de todos los trabajadores de la empresa, además, de colaborar con el medio ambiente, al momento de reutilizar productos y evitar así la contaminación, pues, la pérdida de alimentos, conlleva el desperdicio de recursos utilizados en la producción como tierra, agua, energía e insumos, por lo que el desperdicio de cantidades grandes de comida, supone emisiones innecesarias de CO<sub>2</sub> que contribuyen al calentamiento global y cambio climático. Con esto se pretende concientizar y sensibilizar a los directivos y empleados de la empresa Supermaxi, en la reutilización de productos que permitan evitar el desperdicio y sobre todo encaminado a la mejora de su alimentación a bajo costo. Es por ello, que, el presente trabajo se enfocó en planificar, construir y socializar un menú con cinco propuestas de break, que como su nombre lo indica es una guía, ejemplo para más recetas; además, la investigación, colaborará con información necesaria para concientizar a los trabajadores, sobre el adecuado manejo de los productos, con lo cual también se evitará el desperdicio; esto se logró aplicando una metodología de investigación descriptiva, la misma que se la hizo in situ, en colaboración con los empleados de la empresa, se contó con insumos fotográficos, información documental, que llevó a elaborar los breaks, que colaborará en la dieta diaria de sus empleados, promoviendo una mejor salud, al consumir alimentos frescos, sanos y con los nutrientes necesarios, todo esto a partir del análisis organoléptico de los productos. Luego se realizó la socialización, aprobados y validación de la guía culinaria con lo cual se cumplió con el objetivo de la investigación.

## ABSTRACT

The present research work was focused on the elaboration of a guide of culinary processes applied in the kitchens of the Supermaxi, therefore, it was found as a problem of this institution, that a large number of products were discarded that could be reused in favor of all the workers. Of the company, in addition, to collaborate with the environment, when reusing products and thus avoiding contamination, since the loss of food entails the waste of resources used in production such as land, water, energy and supplies, for what the waste of large amounts of food, supposes unnecessary emissions of CO<sub>2</sub> that contribute to global warming and climate change. This is intended to raise awareness and sensitize the directors and employees of the Supermaxi company, in the reuse of products that allow avoiding waste and especially aimed at improving their diet at low cost. That is why the present work focused on planning, building and socializing a menu with five break proposals, which, as its name indicates, is a guide, an example for more recipes; In addition, the investigation will collaborate with the necessary information to make workers aware of the proper handling of products, which will also prevent waste; This was achieved by applying a descriptive research methodology, the same one that was done in situ, in collaboration with the company's employees, photographic inputs, documentary information were available, which led to the elaboration of the breaks, which will collaborate in the daily diet. Of its employees, promoting better health, by consuming fresh, healthy food with the necessary nutrients, all based on the organoleptic analysis of the products. Then the socialization, approval and validation of the culinary guide was carried out, which fulfilled the objective of the investigation.

## **AGRADECIMIENTO**

El presente trabajo de investigación está dedicado a nuestros padres “Ustedes que han sido siempre el motor que impulsan nuestros sueños y esperanzas, quienes estuvieron siempre a nuestro lado en las noches más difíciles durante nuestros días y horas de estudio y de amanecidas. Incansablemente han sido las mejores guías de vida tanto en el vivir diario como en el lugar de trabajo. Hoy terminamos nuestros estudios, les dedicamos a ustedes este placer de haber culminado los estudios, como un límite más conquistado. Orgullosos de haberlos elegido como nuestros educadores de vida y que estén a nuestro lado en este momento tan importante. También queremos corresponder a los docentes por darnos su conocimiento, su confianza, por creer en nosotros y por su apoyo en la terminación de este trabajo investigativo lo cual ha sido punto local para el termino de investigación.

## ÍNDICE

<b>RESUMEN</b> .....	i
<b>ABSTRACT</b> .....	ii
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	iii
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	1
Objetivos de la investigación .....	1
Objetivo general.....	1
Objetivos específicos .....	1
Preguntas de investigación.....	2
Justificación .....	3
Capítulo I .....	5
1.1    Problemática .....	5
Capítulo II.....	8
2.1    Marco referencial.....	8
2.2    Marco Contextual .....	9
2.3    Marco Teórico .....	10
2.3.1    Guía de procesos.....	10
2.3.1.1    Clasificación de los manuales .....	10
2.3.1.2    Tabla.....	11
2.3.2    Seguridad en la cocina.....	11
2.3.3    Manejo de utensilios.....	12
2.3.4    Prevención de accidentes en el trabajo .....	12
2.3.5    Primeros auxilios .....	13
2.3.6    Tipos de procesos de cocina .....	13
2.3.7    Manual.....	14
2.3.7.1    Características principales de un manual de procesos .....	14
2.3.8    Higiene personal .....	14
2.3.9    Prácticas de higiene .....	15
2.3.9.1    Tabla 2.....	15
2.3.10    Higiene en la cocina .....	15
2.3.11    HACCP.....	16
2.3.12    BPM (BUENAS PRACTICAS DE MANUFACTURA).....	16
2.3.12.1    Ventajas para la organización .....	17
2.3.12.2    Ventajas para los clientes .....	17

2.3.13	Contaminación cruzada .....	18
2.3.13.1	Tipos de contaminación cruzada .....	18
2.3.14	Enfermedades alimentarias .....	19
2.3.15	Uniforme .....	20
2.3.16	Limpieza .....	21
2.3.17	Desinfección .....	21
2.3.18	Criterio de recepción .....	22
2.3.19	Desperdicio de alimentos .....	22
2.3.20	Aprovechamiento de alimentos .....	23
2.3.21	Conservación .....	23
2.3.22	Métodos de conservación .....	24
2.3.23	Refrigeración .....	24
2.3.24	Deshidratación .....	25
2.3.25	Encurtidos .....	26
2.3.26	Marco Conceptual .....	27
CAPÍTULO III .....		28
3.1	METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN .....	28
CAPÍTULO IV .....		31
4.1	ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS .....	31
4.2	Cuadro general de la aceptación de la guía .....	31
4.3	Encuesta .....	34
CAPÍTULO V .....		36
5.1	PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN .....	36
5.2	PROPUESTA GASTRONÓMICA .....	36
5.3	Guía Gastronómica .....	38
5.1.2	BITÁCORAS .....	49
5.1.2.1	CONCEPTO Y EXPLICACIÓN DEL MODELO .....	49
5.1.3	Fichas Estandarizadas .....	76
5.1.3.1	Introducción de las fichas .....	77
5.1.3.2	Base de datos .....	90
5.1.3.1.1	Base de Datos .....	91
CONCLUSIONES .....		106
RECOMENDACIONES .....		107
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES .....		108

Anexos .....	109
BIBLIOGRAFÍA - WEBGRAFÍA .....	134

## ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

<i>Ilustración 1: Compañía la Favorita</i> .....	9
<i>Ilustración 2: Sucursales Supermaxi</i> .....	10
<i>Ilustración 3: Seguridad en la Cocina</i> .....	11
<i>Ilustración 4: Manejo de utensilios</i> .....	12
<i>Ilustración 5: Prevención en la Cocina</i> .....	12
<i>Ilustración 6: Primeros Auxilios</i> .....	13
<i>Ilustración 7: Vestimenta</i> .....	14
<i>Ilustración 8: Siete Principios HACCP</i> .....	16
<i>Ilustración 9: BPM</i> .....	17
<i>Ilustración 10: Contaminación Cruzada</i> .....	18
<i>Ilustración 11: Enfermedades Alimentarias</i> .....	19
<i>Ilustración 12: Enfermedades Alimentarias</i> .....	19
<i>Ilustración 13: Enfermedades Alimentarias</i> .....	20
<i>Ilustración 14: Uniforme de Chef</i> .....	20
<i>Ilustración 15: Limpieza e inocuidad</i> .....	21
<i>Ilustración 16: Desinfección</i> .....	21
<i>Ilustración 17: Recepción</i> .....	22
<i>Ilustración 18: Desperdicio de Alimentos</i> .....	22
<i>Ilustración 19: Aprovechamiento de Alimentos</i> .....	23
<i>Ilustración 20: Conservación de Alimentos</i> .....	23
<i>Ilustración 21: Refrigeración de Alimentos</i> .....	25
<i>Ilustración 22: Deshidratación de Alimentos</i> .....	25
<i>Ilustración 23: Encurtidos</i> .....	26

## ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1: Nivel de aceptación de los breaks</i> .....	32
<i>Tabla 2: Aceptación de la Guia</i> .....	32

## **INTRODUCCIÓN**

El presente proyecto de investigación tiene como objetivo, elaborar una guía de procesos de cocina aplicado en cinco nuevos breaks para el personal del Supermaxi Cuenca; dicha investigación inició con un diagnóstico sobre los alimentos que consumen los trabajadores en los diferentes horarios y sobre los víveres que son desechados en la empresa, se pudo evidenciar además la falta de una guía alimenticia que pueda servir de base para la elaboración de los diferentes breaks, posteriormente se realiza una revisión bibliográfica, la misma que proporciona sustento científico a la investigación, con ello, se propone una guía de 5 breaks, que será validada por los trabajadores del área Recursos Humanos y el personal que hará uso de la guía; además podrán revisar las diferentes técnicas de conservación de alimentos, así como también la creación y presentación de los nuevos productos atractivos y con los nutrientes que aportan los diferentes alimentos.

### **Objetivos de la investigación**

#### **Objetivo general**

Elaborar una guía de procesos de cocina aplicado en cinco nuevos breaks para la cocina del personal de Supermaxi Cuenca

#### **Objetivos específicos**

- Diagnosticar la situación actual de las cocinas de Supermaxi con respecto a los procesos de cocina y manejos de los excedentes de los productos.
- Recopilar información teórica a través de libros, artículos académicos etc. Acerca de la guía de procesos culinarios y la conservación de alimentos.
- Diseñar la guía de procesos que se aplicaran en las elaboraciones.
- Validar la guía a través de la aplicación de cinco nuevas propuestas.

## **PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN**

Luego de realizar la investigación sobre la problemática planteada en cuanto al trabajo sobre un estudio de campo en la cadena del Supermercado Supermaxi, se ha encontrado la necesidad de realizar una propuesta, la misma que en servirá de base para la elaboración de 5 breaks con alimentos que se de forma continua son desechados por la falta de conservación, para la realización del trabajo, se plantea las siguientes interrogantes.

- ¿Qué tipo de proceso aplica la cocina del Supermaxi?
- ¿Cuál sería la información que se va a utilizar acerca de la conservación, tomando en cuenta la guía de procesos?
- ¿Cómo plasmar una guía de procesos, aplicadas en las cocinas del Supermaxi Cuenca?
- ¿Cuáles son los procesos a aplicar en las propuestas a diseñar?

## JUSTIFICACIÓN

El paso del tiempo ha generado cambios constantes en cuanto a la cocción de alimentos, es así que se ha dado un sinnúmero de variantes en el sector de la gastronomía, en especial, la incursión de productos, materiales, técnicas y procesos de cocción. Al tener en cuenta que la composición química de un alimento puede verse comprometida durante el transcurso de la cadena alimentaria, con lo cual puede verse alterado su valor nutritivo, es importante que las medidas a ser tomadas en la cocción de los alimentos sea la adecuada.

Las buenas prácticas de manufactura (BPM) son los principios básicos y prácticas generales de higiene necesarios en la producción y comercialización de alimentos para el consumo humano, con el objeto de garantizar que estos alimentos sean fabricados y comercializados en condiciones sanitarias adecuadas. Así, en Ecuador las BPM (Buenas Prácticas de Manufactura) se han convertido en una regulación obligatoria para la industria alimenticia según el Decreto Ejecutivo 3253 del Registro Oficial 696 de la Constitución Política de la República, año 2002; con la finalidad de garantizar la seguridad alimentaria de la población (tomado de: <http://repositorio.espe.edu.ec> › xmlui › handle).

A nivel global se conoce que el proceso de cocción de los diferentes alimentos y sus técnicas, evita la aparición de organismos como bacterias y hongos que pueden producir enfermedades en las personas, poniendo en riesgo la salud y seguridad de quienes la consuman. En Ecuador, desde hace algunos años, se establecieron normas de higiene relativas a la manipulación de alimentos, según Grüner y Metz (2005), en el territorio nacional, existen reglamentos comunes con el fin de proteger a los consumidores y garantizar su salud, mediante una colaboración entre las empresas del sector alimentario y las autoridades competentes.

En el Ecuador las Buenas Prácticas de Manufactura (BPM) se han convertido en el requisito básico para la producción y comercialización higiénica de alimentos, donde en la actualidad el Ministerio de Salud Pública (MSP) para extender el permiso de funcionamiento a una compañía privada dedicada al procesamiento y comercialización de alimentos, está exigiendo la certificación BPM de sus procesos con la finalidad de cuidar la seguridad alimentaria de los consumidores (Andrade, 2015).

Todo lo descrito a más de garantizar la salud de quienes consumen los alimentos, también podrán tener una ventaja competitiva en el mercado de la gastronomía.

La seguridad industrial alimentaria, es de vital importancia para la salud de todos quienes consuman los alimentos; un simple descuido en la manipulación de alimentos, puede causar contaminación cruzada y la propagación de bacterias, lo que puede llevar a una intoxicación de los consumidores. Al tener un buen protocolo en cuanto a los procesos de cocina y cocción, se podrán evitar todos los inconvenientes mencionados. Además, los métodos de cocción al ser una técnica culinaria que necesitan una modificación química para hacerlos digestivos, también colaboran en garantizar la seguridad sanitaria, pues, la cocción destruye casi todos los microorganismos.

El comisariato Supermaxi, para poder realizar su producción y venta al público cuencano, cumple con una BPM (Buena Práctica de Manufactura), con lo cual, puede ofrecer sus productos al público. En el Supermaxi, semana a semana se escoge los productos para que se vendan en muy buena calidad y fresca, los productos que ya están un poco golpeados o marchitos, son desechados. Para la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (2015), la cantidad de alimentos que circulan en los supermercados es cuantificable en toneladas, y los productos que no son bien manipulados o conservados se desperdician, es por ello que existe para la empresa pérdidas exorbitantes.

Muchas veces en el comisariato Supermaxi, gran cantidad de frutas, verduras, lácteos y alimentos frescos, terminan en la basura, generando un gasto económico, que bien podría utilizarse para combatir la situación de hambre y desnutrición que se vive en Cuenca. En el supermercado tienen la consigna además que, cualquier hortaliza o fruta que está muy deforme se desecha, sin importar que se encuentra en buen estado, solo por su presencia, ya no sirve para ser expuesta a la venta.

## CAPÍTULO I

### 1.1 Problemática

El proyecto a realizar beneficiará tanto al personal encargado de la cocina, los administradores, al área de Recursos humanos, a los dueños del Supermaxi y sobre todo a las personas que consumen los alimentos en la empresa, pues, podrán hacer uso de la guía, para la elaboración de alimentos, también contarán con una guía, para la conservas de productos, como insumos de salsas u otras preparaciones futuras, garantizando así, un respaldo en cuanto a información científica, en la cocción y manipulación de alimentos, garantizando la ingesta de productos nutritivos y óptimos para su consumo; es por ello la importancia de la presente investigación.

Uno de los principales retos que enfrentan la cadena de supermercados del Ecuador es el desperdicio de su materia prima (frutas, legumbre y verduras), dentro de su cadena de frio. Se pudo evidenciar a través del material visual y fotográfico que el supermercado no cuenta con una guía de procesos adaptada de forma apropiada para uso de la materia prima y que a su vez, se conserve en óptimas condiciones tanto para su consumo interno como externo, es por ello, que, lo que se pretende es, colaborar con la empresa en un ahorro diario o semanal, en cuanto a la selección de frutas y verduras que pudieran estar en buen estado para elaborar conservas y salsas, que serán de ayuda para la elaboración de los breaks para los trabajadores.

El desperdicio de frutas, verduras y hortalizas se localiza en gran medida en los supermercados, pues, en estos lugares, se debe tener ciertos estándares de calidad para la comercialización del producto, cuando éstos presentan características físicas distintas a las exigidas, suelen terminar en el basurero, lo mencionado constituye una pérdida en un tercio de la producción de la siembra realizada, lo que ocasiona costos altos en los países industrializados. En el Supermaxi del Vergel de la ciudad de Cuenca, lo que más cuidan es la estética en sus productos, por ejemplo, en la papaya, éstas deben mostrarse perfectas en cuanto a color, textura y forma; pues, al presentar golpes o algún otro daño que pueda ser visible, el producto es desechado, a pesar de que pudieran mantener su sabor.

Todo lo mencionado constituye una pérdida grande no solo en cuanto a la economía, si no también, en el desgaste de la tierra, agua, energía e insumos, pues, los alimentos que no se

consumen emiten cantidades innecesarias de CO<sub>2</sub>, que dan pie al aumento del calentamiento global y cambio climático. Hoy en día, el desperdicio de productos alimenticios, sobre todo en grandes urbes, se ha incrementado en comparación con otros periodos históricos, principalmente por el crecimiento de los centros de comercio y una mayor competencia en la oferta de insumos.

La mayor parte de los países latinoamericanos no tienen mucha información sobre la forma de tratar los alimentos para evitar el desperdicio; además en el Supermaxi, no conocen técnicas para poder conservar los alimentos para su consumo. Las investigaciones a nivel de América Latina hacen mención, que existe una cantidad sustancial de desperdicio de alimentos proveniente especialmente de los hogares, que no cuentan con información de cómo conservar por mayor tiempo los alimentos para evitar el desperdicio y ayudar en la economía familiar.

En la actualidad, las investigaciones realizadas en América Latina y el Caribe no son muy alentadores, pues, según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) publicado en octubre de 2019, el continente es responsable del 20% del volumen global de alimentos que se pierden después de la cosecha, hasta que llegan a los minoristas, lo que indica que es responsable del 20% del volumen global de alimentos que se desperdician. Los hogares, los establecimientos minoristas y la industria de servicios alimenticios constituyen millones de toneladas de desperdicio al año, ante esta situación el grupo KFC, inició un proyecto de “rescate de alimentos”, con lo cual ha podido donar más de 40 toneladas de alimentos, según lo menciona Javier Cruz, gerente de gestión y asuntos corporativos de KFC.

En el comisariato Supermaxi, gran cantidad de frutas, verduras, lácteos y alimentos frescos, terminan en la basura, generando un gasto económico, que bien podría utilizarse para combatir la situación de hambre y desnutrición que se vive en Cuenca. El supermercado tiene la consigna de que, cualquier hortaliza o fruta que esté deforme se deseche, por no tener buena presencia y al ser así, no puede ser expuesta a la venta.

El proyecto beneficiará tanto al personal encargado de la cocina, los administradores, al área de Recursos humanos, a los dueños del Supermaxi y sobre todo a las personas que consumen los alimentos en la empresa, pues, podrán hacer uso de la guía, para la elaboración

de alimentos, también contarán con una guía, para la conservas de productos, como insumos de salsas u otras preparaciones futuras, garantizando así, un respaldo en cuanto a información científica, en la cocción y manipulación de alimentos, garantizando la ingesta de productos nutritivos y óptimos para su consumo; es por ello la importancia de la presente investigación.

## CAPÍTULO II

### 2.1 Marco referencial

En el desarrollo de los procesos de cocina en un entorno profesional no es un conjunto de manipulaciones realizadas al azar si no que son el resultado de un meticuloso estudio de todas las fases por la que va a pasar el alimento hasta su servicio al cliente. Para ello debemos conocer los productos, equipos de cocina, la normativa higiénico- sanitaria y como va a ser la relación entre el sistema de producción y el consumo. Esto nos permitirá determinar cómo debe ser las instalaciones, el equipamiento y el sistema de producción que debemos aplicar (Armendáris, 2020, p. 2).

De acuerdo al estudio realizado para esta tesis se va a considerar todas las fases por donde va a pasar el alimento sin romper la cadena de frio, teniendo en cuenta las instalaciones y los sistemas de producción que vamos a aplicar a la hora de diseñar nuestra propuesta gastronómica. (Flores, 2015), en su tesis “Elaboración de un manual de procedimientos de calidad para la atención al cliente en el restaurante tradicional mexicano Frida “destaca que “los procesamientos se deben hacer de manera determinada, considerando a la guía como un manual de gran ayuda con el poder de ejercer las funciones evitando así desperdicio y optimizando los productos de dicha empresa” (p.4).

Por lo tanto, se dice que de acuerdo al estudio realizado de una guía de procesos es primordial conocer los procedimientos de cómo generar menos desperdicio y más ventas, cuya base es el objeto de estudio dentro del proyecto.

En los últimos tiempos, la presentación en el mercado de los productos nuevos sistemas de producción en la cocina, donde se utilizan productos elaborados o semipreparados. Esto posibilita una producción en la q nos ahorramos las labores de pre elaboración y el almacenaje en bruto del producto, con el ahorro de tiempo y espacio. Estos nuevos sistemas son los que se vienen llamando *convenience food*. (Armendáriz, J., 2020, p.9).

En los últimos tiempos la cocina ha ido evolucionando a través de las elaboraciones y de las distintas formas de conservar un alimento, a lo largo del tiempo y tomando en cuenta la cultura y la tradición de los inicios de la conservación.

## 2.2 Marco Contextual

El presente trabajo se va a desarrollar para Corporación Favorita, teniendo en cuenta su cadena de supermercado en el Ecuador, específicamente en Cuenca ya que a través de 70 años ha sido parte de la historia de desarrollo y avance del país. En el año 1949 la fábrica ‘‘La Favorita’’ le otorgó la distribución de sus mercados en Quito al señor Guillermo Wright, el mismo que con una visión comercial en 1952 abrió en Quito la primera despensa ‘‘La Favorita’’ un pequeño lugar que ofrecía venta de jabones, velas y artículos de importación. Luego de cinco largos años de esfuerzos, el 26 de noviembre de 1957 se abrió el primer Supermercados ‘‘La Favorita’’ C.A. Inaugurando así el primer supermercado de autoservicio del Ecuador. En el año de 1983 la empresa cambió su nombre de Bodega ‘‘La Favorita’’ a ‘‘Supermaxi’’, en septiembre del año 2002 se inauguró el nuevo local administrativo y distributivo del país en Amaguaña (Quito). En el mismo año se emprendió una iniciativa de marcas propias que ha sido sumamente exitosa, tales como ‘‘Supermaxi’’ y ‘‘Akí’’ con productos de calidad, a precios accesibles.



*Ilustración 1: Compañía la Favorita  
Fuente: Tiendeo*

Corporación Favorita es la empresa número uno en el mercado nacional con reconocimiento internacional. En gran medida, su avance y crecimiento se debe al compromiso de las personas que lo conforman. Recalcando así ser el supermercado más grande del país, distribuido en todo el Ecuador.



*Ilustración 2: Sucursales Supermaxi  
Fuente: La Favorita*

En Cuenca existen cinco lugares a que la gente comúnmente acude en horario habitual, Supermaxi de las Américas como su nombre lo dice se encuentra ubicado en la Avenida de las Américas, e segundo es Supermaxi Don Bosco ubicado en la Avenida Don Bosco s/n, y Miguel de Cervantes el tercero es Supermaxi El Vergel ubicado en la calle Alfonso Cordero, el cuarto es Supermaxi Miraflores ubicado en las Avenida Elia Liut s/n, y el cuarto y nuevo local construido en Challuabamba su dirección es Panamericana Norte. En todos estos supermercados de Cuenca se realizan los mismos proceso de cocina, nosotros a través de la investigación realizada se encontraron malas prácticas de y manufactura y mal manejo de utensilios, y a través de este proyecto se pretende ejecutar un correcto uso de B.P.M.

## 2.3 Marco Teórico

### 2.3.1 Guía de procesos

Según duhalt karus Miguel A; un manual es: un documento que contiene, en una forma ordenada y sistemática, información y/o instrucciones sobre historia, organización, política y procedimientos de una empresa, que se consideran necesarios para la mejor ejecución del trabajo.

Continolo G. define al manual como: una expresión formal de todas las informaciones e instrucciones necesarias para operar en un determinado sector; es una guía que permite encaminar en la dirección adecuada de los esfuerzos del personal operativo.

#### 2.3.1.1 Clasificación de los manuales

Los manuales se pueden clasificar de la siguiente forma:

Por su contenido	Por la función específica
Manual de historia del organismo	Manual de producción
Manual de organización	Manual de compras
Manual de políticas	Manual de ventas
Manual de procedimientos	Manual de finanzas

Manual de políticas de procedimiento	Manual de contabilidad
Manual de adiestramiento o instructivo	Manual de crédito y cobranzas
Manuales técnicos	Manual del personal

### 2.3.1.2 Tabla

Clasificación de manuales Higiene personal (Manual de capacitación sobre higiene de los alimentos y sobre el sistema de análisis de peligros y de puntos críticos de control).

### 2.3.2 Seguridad en la cocina

Según: (Valdez, J, 2014). En su tesis “Introducción de un plan de seguridad e higiene industrial en el área de alimentos y bebidas del centro de rehabilitación social de Riobamba”. Dice que “La seguridad industrial es un área multidisciplinaria que se encarga de minimizar los riesgos de accidentes en la industria, ya que toda actividad industrial tiene peligros inherentes que necesitan de una correcta gestión. Todas las industrias en todos los tiempos han estado acompañadas de diferentes riesgos dentro de la actividad laboras, tal es el caso de los accidentes que han sido causados por condiciones y actos inseguros que han ido afectando la productividad de la empresa o entidad moral.

Las normas de seguridad han pasado por diferentes fases, y por distintos momentos de implementación, e inicialmente el interés estaba concentrado simplemente en propiciar que las instalaciones fueran seguras, en evitar accidentes y en el uso de elementos de protección, las cuales estaban concentradas específicamente en los aspectos físicos y logísticos para garantizar la seguridad en los trabajadores. (p.33).



*Ilustración 3: Seguridad en la Cocina  
Fuente: Cocina y Vino*

### 2.3.3 Manejo de utensilios

Cuando vamos a utilizar las maquinarias y equipos de cocina tenemos que ser precavidos debido a varios riesgos y accidentes laborales que van asociados a la automatización de las máquinas, de igual manera con los equipos estáticos como son los aparatos de gas tales como quemadores, licuadoras, mixer que al usadas mal pueden ocasionar y causar accidentes.



*Ilustración 4: Manejo de utensilios  
Fuente: Para Gourmet*

### 2.3.4 Prevención de accidentes en el trabajo

La seguridad en el trabajo es un aspecto que concierne al grupo, la seguridad lleva implícita la capacitación para el adecuado manejo del equipo en general. Los accidentes ocurren porque la gente comete actos incorrectos o porque las herramientas, maquinarias o lugares de trabajo no se encuentran en condiciones adecuadas. El principio de la prevención de los accidentes señala que tiene motivos que los origina y que se pueden evitar al identificar y controlar las causas que lo producen.



*Ilustración 5: Prevención en la Cocina  
Fuente: En la cocina*

### 2.3.5 Primeros auxilios

Según (Valdez, J, 2018). En su tesis: “introducción de un plan de seguridad e higiene industrial en el área de alimentos y bebidas del centro de rehabilitación social de Riobamba”.

Dice que: “Una de las precauciones es incluir en la fuerza laboral a uno o más miembros del personal que estén capacitados en primeros auxilios, es fundamental contar con la presencia de un botiquín, para de esta manera poder atender heridas que se ocasionasen en el establecimiento.

Un botiquín es el lugar idóneo para guardar los diversos materiales utilizados al momento de una emergencia. Lo más recomendable que debe contar un botiquín para poder realizar una curación por un accidente sucedido internamente pueden ser: vendas, esparadrapo, algodón, materiales de curación que son usados para limpiar u cubrir heridas o quemaduras, tijeras, pinzas, imperdibles, alcohol etílico, además es muy importante contar con analgésicos antitérmicos, agua oxigenada, suero fisiológico, antiinflamatorios tópicos que son usados para quemaduras de primer grado.” (p, 51).



Ilustración 6: Primeros Auxilios  
*Fuente: Full seguridad.*

### 2.3.6 Tipos de procesos de cocina

(Lacelga, 2016), en su tesis “Elaboración de un manual de procesos de cocina y servicio para el restaurante “POLLOS PARA TI” de segunda categoría en la ciudad de Quito” destaca que “el manual de procesos es una guía que detalla cada paso de una actividad con el fin de identificar todas las actividades de una empresa y lograr que sean procedimientos estandarizados y que servirá al personal de cocina obteniendo un correcto desempeño en sus

funciones, de esta manera el Supermaxi tendrá un óptimo funcionamiento operativo y administrativo”(p.3).

### 2.3.7 Manual

“Un manual es un libro que contiene lo más sustancial de un tema, y en este sentido, los manuales son vitales para incrementar y aprovechar el cúmulo de conocimientos y experiencias de personas y organizaciones” (Álvarez, Martín: 2006 p 23)

#### 2.3.7.1 Características principales de un manual de procesos

- El manual debe estar escrito de una manera comprensible.
- Tiene que ser flexible y adaptable a las actualizaciones de la actividad laboral.
- Aplicable.
- El manual debe ser comunicado de manera clara y precisa al personal encargado de cocina.

### 2.3.8 Higiene personal

La higiene personal es una de las principales causas de contaminación de alimentos. Sin embargo, muchas veces no se le da la prioridad que merece cuando se trata de seguridad alimentaria. Observar la higiene del personal de cocina es crucial para prevenir la contaminación de los alimentos (Anaya, & Lepe, 2009, p 30-34).



*Ilustración 7: Vestimenta*  
Fuente: Unilever food solutions

### 2.3.9 Prácticas de higiene

Además de contar con la vestimenta adecuada, hay mucho que podemos hacer para mejorar la calidad de la higiene de nuestros alimentos. Recomendamos que cada mañana se realicen chequeos para asegurar que cada miembro del equipo mantiene una higiene personal rigurosa (Armendáriz, 2017, p 65-67).

#### 2.3.9.1 Tabla 2

Higiene personal (Manual de capacitación sobre higiene de los alimentos y sobre el sistema de análisis de peligros y de puntos críticos de control)

<b>Evita</b>	<b>Intenta</b>
Estornudar sobre la comida.	Mantener tus uñas cortas y limpias
Rascar tu cuerpo al cocinar o servir.	Mantener tu cabello y barba impecable.
Frotar tu cara o nariz.	Lavar tus manos frecuentemente con agua y jabón.
Introducir tus dedos en nariz u orejas.	Trabajar sobre superficies limpias.
Limpiar el sudor con las manos.	Usar diferentes tablas y cuchillos para alimentos crudos y cocidos.
Usar accesorios además del uniforme.	El cabello o vello largo debe estar siempre recogido.
No ir al trabajo si estás enfermo.	

Nota a°. Roma, (2002).

### 2.3.10 Higiene en la cocina

La cocina o puesto de trabajo debe ser limpia y ordenada ya que se manipulan alimentos frescos para dar un mejor servicio y precautelar la salud del comensal, la falta de limpieza de nuestros alimentos y utensilios a utilizar puede generar focos de contaminación ya que la falta de higiene nos lleva posibles intoxicaciones alimentarias.

Los procedimientos de limpieza del Código de Alimentos de 2009 de la FDA, de Estados Unidos, recomiendan que los empleados de alimentos se laven las manos y las partes expuestas de los brazos, durante al menos 20 segundos con un compuesto de limpieza en un lavamanos. Posterior a ello, evitando volver a contaminar sus manos después de lavarse, los empleados deben utilizar toallas de papel desechables cada vez que toquen superficies como manijas de grifos y manijas de puertas de baños (gallegos, 2022).

### 2.3.11 HACCP

El sistema HACCP es compatible con otros sistemas de control de calidad. Esto significa que inocuidad, calidad y productividad pueden abordarse en conjunto, resultando en beneficios para los consumidores, más ganancias para las empresas y mejores relaciones entre todas las partes que participan, en función del objetivo común de garantizar la inocuidad y la calidad de los alimentos. Todo esto se expresa en evidente beneficio para la salud y para la economía de los países.

(Mortimore & Wallace, 2018, p 263-276)



*Ilustración 8: Siete Principios HACCP*  
Fuente: Expertum consultoría

### 2.3.12 BPM (BUENAS PRACTICAS DE MANUFACTURA)

Según la guía de BPM “son los principios básicos y prácticas generales de higiene en la manipulación, preparación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte y distribución de alimentos para consumo humano, con el objeto de garantizar que los productos se fabriquen en condiciones sanitarias adecuadas y se disminuyan los riesgos inherentes a la producción”. (Amagua; Coronel; Quintana, & Reyes, 2016, p.7)

Las buenas prácticas de manufactura (BPM), es garantizar que los productos que vallamos a procesar estén en óptimas condiciones, asegurando así la calidad de producto mediante un almacenamiento adecuado del producto.

### 2.3.12.1 Ventajas para la organización

- Mejorar los sistemas de calidad de la empresa.
- Demuestra conformidad con los requisitos legales nacionales e internacionales.
- Mejora el proceso de producción.
- Reduce los tiempos de ejecución de las actividades.
- Personal capacitado y consciente de sus actividades de desempeño.
- Mejora la comunicación interna de la propia organización.
- Demuestra a la sociedad el compromiso de la organización con la seguridad alimentaria.
- Monitorización y trazabilidad de procesos.
- Automatización de los procesos.

### 2.3.12.2 Ventajas para los clientes

- Mejora las condiciones de higiene en los procesos.
- Mantiene una imagen de los productos y de la empresa.
- Estandariza la inocuidad en las operaciones.
- Garantiza una infraestructura apegada a las exigencias legales.
- Posibilidad de acceso a nuevos mercados.
- Apego del personal.

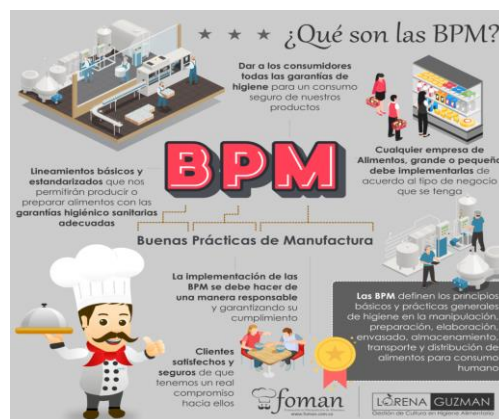


Ilustración 9: BPM

Fuente: Foman Formación en Alimentación Culinaria

### 2.3.13 Contaminación cruzada

Es el proceso por el cual un agente indeseable (biológico, químico, o físico) es transportado a un alimento a través de manipuladores, otros alimentos, útiles o superficiales empleados en su manipulación, es decir, es la que se produce cuando los microorganismo, toxinas o sustancias químicas llegan al alimento de forma accidental, normalmente desde productos crudos a alimentos ya elaborados, pero también desde las manos de los manipuladores, superficies, etc. (Tablado & gallego, 2004, p. 716).

#### 2.3.13.1 Tipos de contaminación cruzada

Además de la definición de contaminación cruzada, es importante destacar que existen dos tipos de contaminación: Por contacto directo e indirecto.

- **Contaminación directa:** Se transfieren microorganismos peligrosos de un alimento a otro.
- **Contaminación indirecta:** Se transfieren microorganismos peligrosos de un alimento a otro a través de la utilización de utensilios, superficies o intermediarios ya contaminados.



*Ilustración 10: Contaminación Cruzada*  
*Fuente: Quizizz*

### 2.3.14 Enfermedades alimentarias

Son pequeños microorganismos que pueden provocar infecciones en el sistema digestivo. Muchas de ellas no son nocivas, y de hecho se pueden encontrar de forma natural dentro de nuestro cuerpo, pero la presencia de un grado elevado de bacterias en un alimento puede generar toxinas, o bien, invadir la pared intestinal y desde ahí alcanzar otros aparatos y sistemas.









Campylobacter	Cryptosporidium	Clostridium perfringens
<p><b>Alimentos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Agua contaminada o sin tratar.</li> <li>• Leche (cruda) sin pasteurizar</li> <li>• Carnes, aves, pescados o mariscos crudos o poco cocidos</li> </ul> 	<p><b>Alimentos o fuentes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beber agua contaminada, incluyendo agua de piscinas o lagos.</li> <li>• Comer alimentos poco cocidos o contaminados</li> <li>• Colocar un objeto contaminado dentro de la boca</li> </ul> 	<p><b>Alimentos o fuentes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alimentos dejados fuera por un largo periodo de tiempo a temperatura ambiente</li> <li>• Carnes, productos cárnicos, aves, productos avícolas y salsa de carnes.</li> </ul> 
<p><b>Síntomas:</b></p> <p>Comienzan de 2 a 5 días después de comer el alimento. Fiebre, dolor de cabeza, dolor muscular, diarrea, dolor abdominal y náusea.</p> 	<p><b>Síntomas:</b></p> <p>Comienzan de 7 a 10 días después de haberse infectado. Diarrea acuosa, deshidratación, pérdida de peso, dolores estomacales, fiebre, náusea y vómitos.</p>	<p><b>Síntomas:</b></p> <p>Comienza de 12 a 24 horas. Dolor abdominal fuerte y diarrea acuosa.</p> 

Ilustración 11: Enfermedades Alimentarias  
Fuente: someicca

Listeria monocytogenes	Escherichia coli (O157:H7)	Norovirus (y otros calcivirus)
<p><small>Puede crecer lentamente a temperaturas de refrigerador</small></p> <p><b>Alimentos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leche y quesos (sin pasteurizar).</li> <li>• Pescados y mariscos ahumados y ensaladas preparadas en el supermercado.</li> <li>• Vegetales crudos y embutidos.</li> </ul> 	<p><small>Una de muchas cepas de E. coli que pueden causar enfermedades en los humanos</small></p> <p><b>Alimentos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Carne de res poco cocida, especialmente carne molida.</li> <li>• Leche y jugos sin pasteurizar.</li> <li>• Frutas y vegetales frescos.</li> <li>• Contacto de persona a persona.</li> </ul> 	<p><b>Alimentos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mariscos y alimentos o agua, contaminados con heces.</li> <li>• Alimentos listos para comer que han tenido contacto con personas infectadas.</li> </ul> 
<p><b>Síntomas:</b></p> <p>Puede tardar hasta 2 meses en manifestarse. Fiebre, escalofríos, diarrea, dolor de cabeza, espalda, abdominal y meningitis. En mujeres embarazadas puede provocar abortos.</p> 	<p><b>Síntomas:</b></p> <p>Puede comenzar de 1 a 9 días después de comer el alimento. Calambre abdominal, vómitos y diarrea grave (con sangre). Personas jóvenes pueden desarrollar insuficiencia renal aguda o hasta la muerte.</p>	<p><b>Síntomas:</b></p> <p>Náusea, vómitos y dolor de estómago usualmente aparecen en 24 a 48 horas.</p> 

Referencias: FDA. La inocuidad alimentaria. <https://www.fda.gov/media/103685/download>

Ilustración 12: Enfermedades Alimentarias  
Fuente: someicca



*Ilustración 13: Enfermedades Alimentarias*  
Fuente: someicca

### 2.3.15 Uniforme

Saulquin (2014), menciona que el indumento gastronómico este diseñado para trabajar en condiciones extremas, evitando daños y protegiendo al trabajador, enfocado a la indumentaria profesional ya que estos sustituyen a las prendas personales, cuya función es evitar el daño en el cuerpo del usuario, son cómodos además adecuados para la labor, generando identidad y pertenencia a la marca u organización, mediante diseños creativos y originales.

- **Delantales:** Es necesario contar con un delantal diferente para cada estación de trabajo (por ejemplo, uno para mariscos y otro para vegetales).
- **Guantes:** Se deben usar diferentes guantes desechables para manipular diferentes tipos de alimentos y para manipular alimentos crudos o cocidos.
- **Calzado:** Deben cubrir el pie por completo y ser antideslizantes.



*Ilustración 14: Uniforme de Chef*  
Fuente Asociación Boliviana de Chefs

### 2.3.16 Limpieza

Es el conjunto de operaciones que permiten eliminar la suciedad visible o microscópica de una superficie. Una limpieza regular y periódica tiene además un efecto “higienizante” ya que reduce la presencia de microorganismos patógenos, disminuyendo a su vez la necesidad de desinfectar. Se entiende por suciedad las impurezas indeseables ya sea porque facilita el desarrollo de microorganismos patógenos, deteriora los materiales o afectan la estética (Bellon-Fontaine, 2002).



*Ilustración 15: Limpieza e inocuidad  
Fuente: restauración colectiva*

### 2.3.17 Desinfección

La desinfección es un proceso físico o químico que extermina o destruye la mayoría de los microorganismos patógenos y no patógenos pero rara vez elimina las esporas. Por esta razón a los objetos que se van a desinfectar se les debe evaluar previamente el nivel de desinfección que requieran logrando así destruir los microorganismos que lo contaminan (Bellon- Fontaine, 2002).



*Ilustración 16: Desinfección  
Fuente: Restauración Colectiva*

### 2.3.18 Criterio de recepción

Establecer los criterios de recepción de alimentos adecuadamente, garantiza la calidad y limpieza del producto a recibir, manteniendo así la cadena de frío del producto adecuadamente para el consumo, esta tarea debe ser tomada muy seriamente garantizando la inocuidad del producto final.



*Ilustración 17: Recepción  
Fuente: hostelería Ecuador*

### 2.3.19 Desperdicio de alimentos

Los desperdicios de alimentos hacen referencia a los alimentos de buena calidad y aptos para el consumo humano que no son consumidos por descartarse ya sea antes o después de echarse a perder. Los alimentos desperdiciados son, por tanto, el resultado de la negligencia o de una decisión consciente de tirar comida (FAO, 2014).

Según la FAO (2017), se estima que 1.300 millones de toneladas de alimentos se pierden o desperdician anualmente, lo cual representa un tercio de los alimentos producidos para el consumo humano y con lo cual se podría alimentar a 2 000 millones de personas.



*Ilustración 18: Desperdicio de Alimentos  
Fuente: restauración colectiva*

### 2.3.20 Aprovechamiento de alimentos

El aprovechamiento de producto o alimento hace referencia a no botar nada a la basura y usarlo en su totalidad los alimentos, reutilizar lo que queda del producto para realizar nuevos platos, utilizar partes de los alimentos (cáscaras o semillas) que normalmente desecharíamos y no malgastaríamos recursos, para evitar el desperdicio y aprovechar los alimentos debemos es importante saber cómo almacenar y conservar los alimentos para evitar su desperdicio.



*Ilustración 19: Aprovechamiento de Alimentos*  
Fuente: mejor con salud

### 2.3.21 Conservación

(Barrios; Echenique, 2011), en su tesis “Estudios preliminares para la implementación de métodos de almacenamiento y de conservación de alimentos en buques en altamar” destaca que “la conservación de los alimentos es el conjunto de procedimientos y recursos para preparar y envasar los productos alimenticios, con el fin de guardarlos y consumirlos mucho tiempo después. El objetivo de la conservación de los alimentos es evitar que sean atacados por microorganismos que originan la descomposición, y así poder almacenarlos, por más tiempo” (p.32).



*Ilustración 20: Conservación de Alimentos*  
Fuente: juvasa

### **2.3.22 Métodos de conservación**

Los métodos de conservación al paso de, los años se han ido desarrollando de manera industrial, como la posibilidad de pasteurizar, liofilizar o ultra congelar ha supuesto un notable avance en lo que se refiere a la conservación. Por otra parte, los métodos de conservación hoy cumplen doble función, mantener al alimento en buenas condiciones y aportar unos sabores muy apreciables.

Conservar los alimentos consiste en bloquear la acción de los agentes que puede alterar sus características originarias estos agentes pueden ser ajenos a los alimentos o estar en su interior, como las enzimas naturales presentes en ellos.

Desde hace más de diez mil años existen métodos de conservación que se han ido perfeccionando: salazón, curado, ahumado, escabechado, refrigeración y la aplicación del calor mediante el cocinado de los alimentos.

(Gramajo, 2019, pp 50-57)

### **2.3.23 Refrigeración**

La refrigeración consiste en si disminuimos la temperatura de conservación de los alimentos percederos, conseguiremos reducir notablemente la velocidad de reproducción de la inmensa mayoría de microorganismos, causantes de la descomposición y de generar posibles enfermedades en los consumidores. La refrigeración retarda el metabolismo de la materia orgánica hasta llegar a detenerlo casi por completo cuando alcanzamos los  $-18\text{ }^{\circ}\text{C}$ , además de conseguir la inhibición parcial o total de procesos alterantes en los alimentos, tales como determinadas reacciones enzimáticas o la degradación metabólica de las proteínas, consiguiendo así retrasar la descomposición de estos. Existen por tanto dos maneras de conservar alimentos la refrigeración que consiste en conservar los alimentos a una temperatura, entre  $0\text{ }^{\circ}\text{C}$  y  $8\text{ }^{\circ}\text{C}$ , cercana al punto de congelación y la congelación consiste en bajar la temperatura de los alimentos por debajo del punto de congelación, habitualmente entre  $-18\text{ }^{\circ}\text{C}$  y  $-35\text{ }^{\circ}\text{C}$  dependiendo del tipo de producto, imposibilitando así la proliferación de bacterias.

(Barreiro, 2006, p17-23)



*Ilustración 21: Refrigeración de Alimentos  
Fuente: Revista cero grados.*

### 2.3.24 Deshidratación

La deshidratación de alimentos es una práctica muy antigua utilizada durante décadas para la conservación de los alimentos de una manera saludable, se trata de un proceso en el cual se logra eliminar prácticamente la totalidad del agua de un alimento mediante el calor, sin alterar los nutrientes, vitaminas y minerales de los mismos y concentrando su sabor. La deshidratación de alimentos nos dará un sinfín de posibilidades gastronómicas. Asimismo, la deshidratación es el método más barato y especialmente apto para comunidades que no posean otras posibilidades de conservación, en principio y a pesar de que luego indistintamente se utilizará el término deshidratación o secado o desecado, una definición aceptada es deshidratación comprende la eliminación de agua mediante el tratamiento del producto por calor artificial (aire previamente calentado, superficies calientes, etc.) y el secado o desecado comprende la eliminación de agua mediante el tratamiento del producto en condiciones ambientales.

(Marin, 2006, p527-538)



*Ilustración 22: Deshidratación de Alimentos.  
Fuente: Alimentos*

### 2.3.25 Encurtidos

Según la FAO por “encurtido” se entiende el producto, preparado con frutas, hortalizas, cereales, legumbres, especias y condimentos sanos, limpios y comestibles. Sometido a curado y elaboración con ingredientes apropiados al tipo de producto, con objeto de asegurar la conservación del mismo y de su calidad.

Elaborado en forma apropiada para asegurar la calidad y conservación apropiadas del producto conservado en forma apropiada en un medio de cobertura apto con ingredientes apropiados al tipo y variedad de encurtido. (FAO, 2014).

Por lo tanto, los encurtidos son las elaboraciones que permiten conservar y alargar la vida de un producto final, teniendo en cuenta las características organolépticas del mismo.



*Ilustración 23: Encurtidos*  
*Fuente: gourmet de México*

### 2.3.26 Marco Conceptual

- **Esterilización:** Acción y efecto de destruir los gérmenes nocivos para desinfectar productos vegetales a través de calor, frío o la desecación.
- **Precocido:** Producto vegetal parcialmente hervido el cual permite la reducción en el tiempo de preparación al momento de su consumo.
- **Prensado:** Acción y efecto de comprimir en la prensa o mediante otro procedimiento, para compactarlo.
- **Preservación:** Proceso en que consiste en la inmersión del producto en soluciones de sustancias químicas a alta presión y temperatura.
- **Bacteria:** Son microorganismos unicelulares que se reproducen por fisión binaria muchas de las cuales son saprófitas, otras son beneficiosas y el hombre las utiliza para la producción de sustancias en su beneficio.
- **Higiene de los alimentos:** Comprende las condiciones y medidas necesarias para la producción, elaboración, almacenamiento, distribución, comercialización y hasta la preparación culinaria de los alimentos destinadas a garantizar un producto inocuo, en buen estado y comestible, apto para el consumo humano.
- **Materias primas:** Frutas y hortalizas utilizadas para la elaboración de conservas y jugos vegetales.
- **Organoléptico:** Califica toda propiedad de un producto susceptible de ser percibida por los órganos de los sentidos.
- **Proceso:** Secuencia de operaciones con entidad diferenciada a las que se somete la materia prima para extraer la parte de interés de sus componentes, modificándola, para obtener finalmente un producto con unas características definidas.

## CAPÍTULO III

### 3.1 METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

La investigación al ser un proceso metódico y sistemático dirigido a la solución de problemas o preguntas científicas, debe contar con un procedimiento metodológico, el mismo que va a depender de los fines que se persiguen. Según Sabino (2000) se define al proceso de investigación, como “un esfuerzo que se emprende para resolver un problema, claro está, un problema de conocimiento” (p. 47). Para Cervo y Bervian (1989) la definen como “una actividad encaminada a la solución de problemas. Su Objetivo consiste en hallar respuesta a preguntas mediante el empleo de procesos científicos” (p. 41).

La presente investigación se basa en el enfoque de investigación mixta, que a decir de Hernández, Fernández y Baptista (2003) señalan que los diseños mixtos:

(...) representan el más alto grado de integración o combinación entre los enfoques cualitativo y cuantitativo. Ambos se entremezclan o combinan en todo el proceso de investigación, o, al menos, en la mayoría de sus etapas (...) agrega complejidad al diseño de estudio; pero contempla todas las ventajas de cada uno de los enfoques. (p. 21)

Por otra parte, Johnson y Onwuegbuzie (2004) definieron la investigación mixta, como “(...) el tipo de estudio donde el investigador mezcla o combina técnicas de investigación, métodos, enfoques, conceptos o lenguaje cuantitativo o cualitativo en un solo estudio” (p. 17). Con lo mencionado, se afirma que los diseños mixtos permiten obtener una evidencia y comprensión de los fenómenos y, por ello, facilitan el fortalecimiento de los conocimientos teóricos y prácticos.

La presente investigación al tener un enfoque mixto, se basará en el análisis de tipo cualitativo y cuantitativo, lo que permitirá la recolección, análisis y combinación de información tanto bibliográfica como numérica.

La exploración responde a una investigación de tipo descriptiva, la misma, consiste fundamentalmente, en caracterizar una situación o fenómeno concreto revelando sus características más diferenciadoras o peculiares, con ello se pretende alcanzar los objetivos

propuestos, en este caso, colaborar en la necesidad real que tiene el Supermaxi sobre la falta de reutilización de los productos.

Para Gay (1996) “La investigación descriptiva, comprende la colección de datos para probar hipótesis o responder a preguntas concernientes a la situación corriente de los sujetos del estudio. Un estudio descriptivo determina e informa los modos de ser de los objetos.”.

La investigación responde al tipo transversal, pues, se desarrolla en un período de tiempo, en este caso en el ciclo académico marzo-agosto 2022. Según Rodríguez y Mendivelso (2018) la investigación de tipo transversal permite identificar la frecuencia, magnitud y necesidad de la población.

La presente investigación utiliza varias técnicas de investigación, las mismas que son concebidas como un conjunto de mecanismos, medios, herramientas, procedimientos e instrumentos dirigidos a obtener información y conocimiento, sobre los cuales se investiga (Abril, 2008).

La presente exploración utiliza la técnica de investigación documental, que se caracteriza por recopilar la información a través de diversas fuentes bibliográficas, para la investigación se ha tomado en consideración: libros, artículos y tesis; todo ello para la elaboración del marco teórico. Además, se utiliza la técnica de campo, que son concebidas como aquellas que propician información directa del objeto de estudio en su contexto, en esta investigación la técnica se la aplicó directamente en el Supermaxi de la ciudad de Cuenca, con lo cual se obtuvo la información in situ, en este caso se utilizó la técnica de la observación, la cual, de forma espontánea se pudo observar que existe en el supermercado, gran cantidad de desperdicios que pudieran ser reutilizados para los mismos empleados de la empresa en cuestión; es así como la técnica de la observación proporcionó la información necesaria para el planteamiento del problema de investigación y la hipótesis.

Para Schettini y Cortazzo (s.f.) la observación de laboratorio: se entiende como la que hace referencia a los lugares preestablecidos donde se realiza la observación, o a grupos humanos determinados para observar sus comportamientos.

La presente investigación, hará uso de las técnicas de la encuesta y entrevista. La encuesta se llevará a cabo con la aplicación de un cuestionario a una muestra de la población;

las mismas proporcionarán información sobre las necesidades, opiniones, actitudes y comportamientos de los encuestados.

Según Pérez (2005) la encuesta estructurada, se utiliza mayormente en investigaciones cuantitativa, donde se apunta a medir niveles, intenciones y porcentajes de distintos fenómenos sociales.

La entrevista es una técnica que se utiliza de forma prioritaria en la investigación cualitativa, caracterizada por una conversación que se propone con un fin determinado, en este caso, se utilizó para determinar la problemática y para la validación de la propuesta se está haciendo una degustación al personal.

Y, por último, en la investigación se hará uso de bitácoras en el área de la gastronomía, hojas de ruta y registros de observación. En el estudio presente, las bitácoras según Martínez (2005) se conforman de reportes de los avances, resultados preliminares, observaciones, ideas, datos se componen de las acciones de un proyecto de investigación, en este caso, las bitácoras se las ha realizado de los 5 platos propuestos en la investigación, todo ello para elaborar una guía como medio de evaluación de la investigación.

## CAPÍTULO IV

### 4.1 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

Una vez aplicada y terminada la encuesta de recepción de la información, se llevó a cabo un correspondiente análisis a través de un cuadro de comparación, por cuanto la información que arrojará los resultados, podemos señalar la importancia de los procesos de cocina los cuales están plasmados en la propuesta de elaboración de cinco breaks mencionados anteriormente, de manera que se aplicó este manual, los mismos que contiene los diferentes procesos básicos de cocina que serán aprovechados en la cocina del Supermaxi Cuenca.

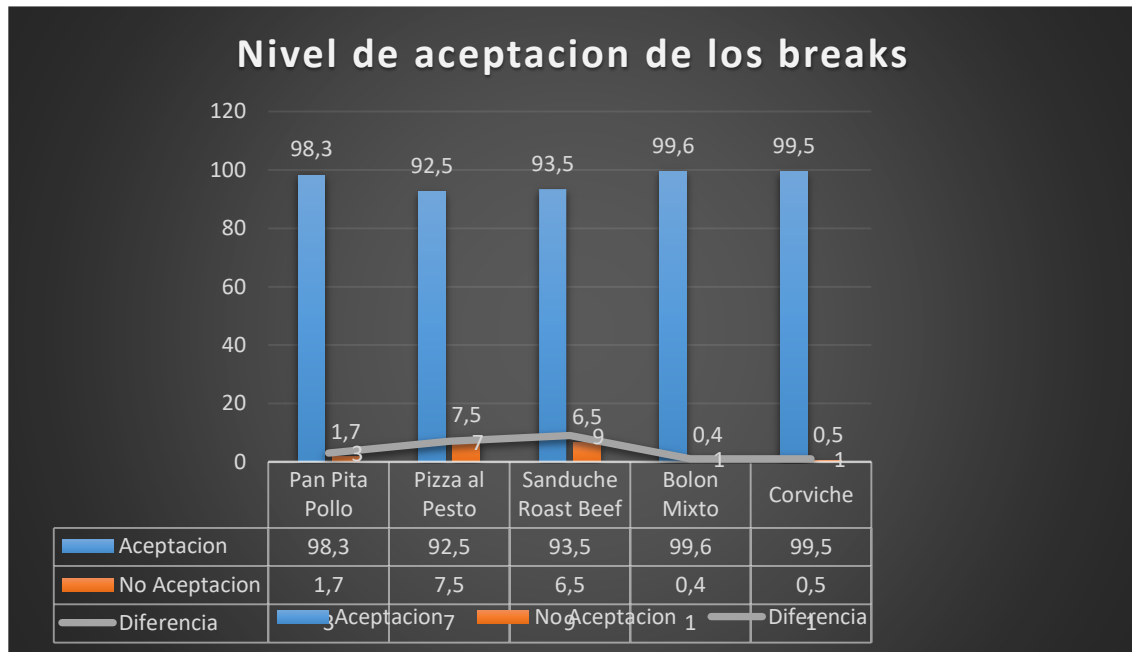
Los participantes que hicieron la validación de la propuesta son los jefes de los diferentes Supermaxi de la ciudad de Cuenca.

- Srta. Samantha Ortega  
(Supermaxi Don Bosco)
- Srta. Paola Ullaguari  
(Supermaxi Challuabamba)
- Sr. Luis Chávez  
(Supermaxi las Américas)
- Sr. Jorge Heras  
(Supermaxi Miraflores)

### 4.2 Cuadro general de la aceptación de la guía

Mediante las tabulaciones realizadas, se obtuvo como resultado una gran aceptación, llegando a tener 100%

Tabla 1: Nivel de aceptación de los breaks





Luego de las encuestas realizadas, logramos obtener los resultados detallados en cada nivel, teniendo como datos una aceptación del 99,6 % en el bolón mixto, luego tenemos al Corviche con un porcentaje de aceptación 99,5, posteriormente tenemos al pan pita de pollo con un elevado dato de aceptación un poco por debajo de los productos anteriores 98,3, luego tenemos al sándwich Roast Beef con una buena aceptación del 93,5 %, y finalmente tenemos a un platillo muy tradicional, pero añadido nuestro toque, que es la pizza al pesto con una aceptación del 92,5 %.

Tabla 2: Aceptación de la Guía



Luego de la correcta aplicación y de la validación adecuada, mediante una capacitación aplicada y demostrada obtuvimos resultados de un 98 % de aceptación de la guía, estos nos indica que nuestra guía es muy bien recibida por los jefes de cocina de los diferentes Supermaxis de la ciudad de Cuenca, haciendo así que nuestra guía sea aplicada a futuro en cada uno de los lugares antes mencionados.

## 4.3 Encuesta

 	
<b>Encuesta de validación de la guía de procesos de cocina aplicado en cinco nuevos breaks para la cocina del personal de Supermaxi Cuenca</b>	
<b>Grupo conformado por: Bryan Panamá, Daniel Rojas</b>	
Buenas tardes agradecemos tu participación para la validación de la guía que fue presentada, posterior a este curso de capacitación de la guía, pedimos de favor responder las siguientes preguntas.	
<b>Nombre:..... Fecha.....</b>	
<b>1) Cree que esta guía sea aplicable para su cotidianidad de su trabajo</b>	
Si.	( )
No	( )
Porque.....	
<b>2) En una escala del 1 al 4 que tan entendible es la guía para el personal del Supermaxi</b>	
1) Muy entendible	( )
2) Entendible	( )
3) Poco entendible	( )
4) Nada entendible	( )
<b>3) ¿Qué tan satisfecho se encuentra con la información proporcionada de la guía?</b>	
Muy satisfecho	( )
Satisfecho	( )
Poco satisfecho.	( )
Nada satisfecho.	( )
<b>4) Has utilizado alguno proceso descrito en esta guía.</b>	
Utilizo siempre sí.	( )
Utilizo a veces	( )
Utilizo comúnmente	( )

No utilizo. ( )
Porque.....
<b>5) Hay algo positivo que puede acotar a nuestra guía a su vida diaria en su trabajo</b>
1).....
2).....
3).....
<b>6) Los productos presentados en la degustación califiquen del 1 al 5 que tal le pareció</b>
1 Pampita de pollo ( )
2 Pizza al pesto ( )
3 Sándwich Roast Beef ( )
4 Bolón Mixto. ( )
5 Corvive. ( )
<b>7) De las formas que se aprovechó el producto que tan buena fue su experiencia</b>
Bueno. ( )
Malo ( )
Irregular ( )
<b>8) Disfruto de la capacitación de nuestra guía, explique por que</b>
.....
<b>9) Considera usted que la calidad del producto está bien aplicado</b>
1 ( ).
2 ( )
3 ( )
4 ( )
5 ( )
Porque.....
<b>10) ¿Hay algo que no está en nuestra guía y que te gustaría que estuviese?</b>
Si. ( )
No ( )
Porque.....
<b>Gracias por su atención y colaboración.</b>

## **CAPÍTULO V**

### **5.1 PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN**

Anteriormente a la propuesta gastronómica se efectuó una investigación de campo en el cual es notorio si nos fijamos muy bien en los detalles de la propuesta plasmada, para solucionar el problema se va a realizar una guía y una propuesta de cinco break dirigida a los colaboradores. Nuestra guía tendrá, puntos claros y específicos correctamente detallados, además de esto nuestra guía tendrá el propósito de manejar correctamente cada uno de los pasos a seguir, sin romper la cadena de frío y manteniendo productos en óptimas condiciones de consumo además de evitar la proliferación de agentes contaminantes y cumpliendo con su finalidad de que tengamos productos sanos y en óptimas condiciones de consumo. La guía gastronómica es un documento que orienta sobre la gastronomía de un lugar específico, en la presente guía de estudio se plasmará conceptos básicos del uso correcto en la cocina que permitirá homologar conceptos y conocimientos técnicos para las nuevas generaciones de cocineros del Supermaxi Cuenca, teniendo como fuente nuestra tesis de grado

### **5.2 PROPUESTA GASTRONÓMICA**

En el presente trabajo va a estar plasmada nuestra propuesta gastronómica, basándonos en una investigación anterior a través de esto realizamos cinco elaboraciones posteriores teniendo en cuenta el cuadro de desperdicios de la materia prima del Supermaxi el Vergel de la ciudad de Cuenca.

**CINCO BREAKS PARA EL SUPERMAXI CUENCA****PAMPITA DE POLLO**

(Pechuga de Pollo, Tocino, Pimientos, Salsa de Berenjena)

**PIZZA AL PESTO**

(Salsa Pesto, Jamón serrano, Albahaca, Queso de Búfalo)

**SANDWICH ROAST BEEF**

(Lomo bajo de res, baguette, Salsa de ajo, Lechuga Crespa)

**BOLÓN MIXTO**

(Plátano Verde, Chicharrón de cerdo, Queso Mozzarella, Salsa de Queso)

**CORVICHE**

(Plátano Verde, Albacora, Salsa de Camarón, Guacamole, Brotes de Cebolla)

### 5.3 Guía Gastronómica



# INDICE

1. Correcto uso del uniforme .....	2
2. Higiene personal.....	3
3. Correcto lavado de manos.....	3
4. Almacenamiento de Alimentos .....	4
5. Descongelamiento de Alimentos.....	4
6. Cocción de Alimentos.....	4
7. Correcto uso de utensilios de cocina.....	5
8. Superficies de contacto limpias.....	5
9. Contaminación cruzada.....	5
10. Clasificación de residuos.....	6
11. Clasificación de residuos según su composición.....	6
12. Clasificación de residuos según su biodegradabilidad .....	7
12.1. Residuos orgánicos .....	7
12.2. Residuos inorgánicos .....	7
13. Clasificación de residuos según su origen.....	7
14. Recomendaciones de seguridad en la cocina .....	8
15. Para evitar incendios en la cocina.....	8

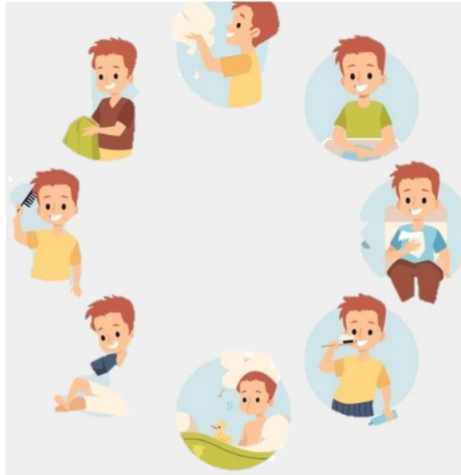
# 1.USO CORRECTO DEL UNIFORME



Consiste en dar una mayor seguridad a los profesionales mientras realizan las actividades en su entorno de trabajo.

- + Debe ser cómodo y fresco.
- + No debe llevar cinturón y debe ser fácil de quitar.
- + Los zapatos deben ser cerrados y con antideslizantes

## 2. Higiene Personal



Esta práctica incluye bañarse, lavarse las manos, cepillarse los dientes.

## 3. Correcto lavado de manos

Los gérmenes en las manos pueden entrar fácilmente en el cuerpo a través de la boca.

Lavarse las manos antes y después de tocar alguna superficie sucia

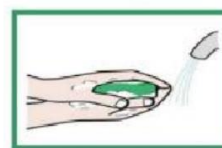
El lavado de manos:



Abrir el grifo



Mojarse las manos



Enjabonar



Aclarar



Cerrar el grifo



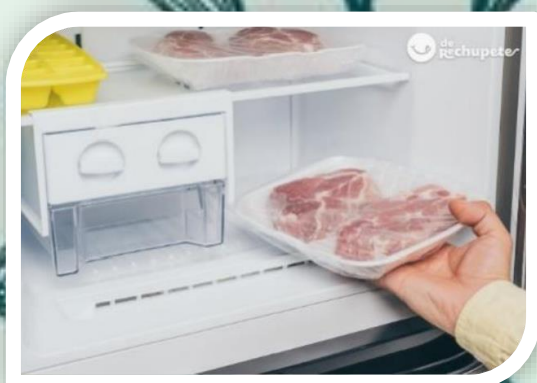
Secarse las m

## 4. Almacenamiento de alimentos

- ✚ Mantén la temperatura debajo de 40 grados.
- ✚ Envuelve la carne para evitar el goteo.
- ✚ Usar alimentos enlatados antes de las fechas de vencimiento.



## 5. Descongelación de alimentos



Deben realizarse directamente en el refrigerador para evitar el crecimiento de bacterias

## 6. Cocción de alimentos

- ✚ Los alimentos deben servirse a una temperatura de al menos 70° C.
- ✚ La zona de peligro es 15°C y 55 °



## 7. Correcto uso de utensilios de cocina.



- ✚ Usa herramientas con agarraderas.
- ✚ Utiliza pinzas para manipular productos grandes y firmes.
- ✚ Cuando uses herramientas que tienen bordes afilados y careces de experiencia, úsalos lentamente hasta

## 8. Superficies de contacto limpias.



Las instalaciones y equipos insalubres pueden ser fuente de propagación de organismos nocivos para alimentos y salud de las personas.

## 9. Contaminación cruzada.



Evitar la preparación de carne cruda y frutas o verduras crudas en la misma superficie, esto con el objetivo de disminuir la probabilidad de la contaminación.

## 10. Correcto uso de utensilios de cocina.

Existen tres tipos de clasificaciones:

- + Según su composición (envases, papel y cartón, vidrio, etc.).
- + Según su biodegradabilidad (orgánicos e inorgánicos).
- + Según su origen (domiciliarios, industriales, hospitalarios, de construcción).



## 11. Clasificación de residuos según su composición.

Esta clasificación es la base del reciclaje. Los residuos se agrupan según su composición, se depositan en los distintos contenedores y luego se procesan en conjunto.



## 12. Clasificación de residuos según su biodegradabilidad

### 12.1. Residuos Orgánicos.



Este tipo de residuo suele provenir de materias vegetales, animales o comestibles.

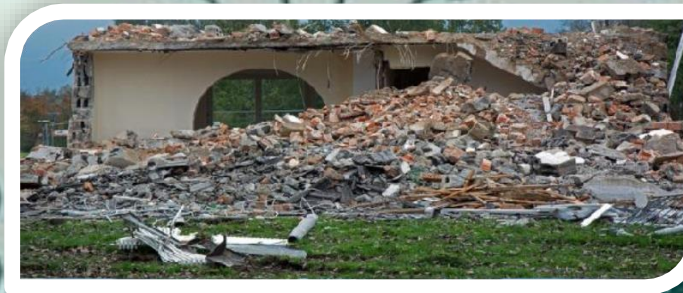
### 12.2. Residuos inorgánicos



Es todo aquel residuo que no está compuesto por materia biodegradable. Latas, botellas, objetos metálicos o bolsas de plástico.

## 13. Clasificación de residuos según su origen.

- + **Residuos domiciliarios:** son aquellos que se generan en el hogar.
- + **Residuos municipales:** es todo aquello que se recoge durante la limpieza de calles.
- + **Residuos de origen industrial:** los residuos industriales son los resultantes de cualquier actividad industrial o semi industrial.
- + **Residuos comerciales:** estos resultan de cualquier comercio, como pueden ser tiendas de ropa, tiendas de alimentación



- ✦ **Residuos hospitalarios:** el material médico también puede considerarse residuos peligrosos,
- ✦ **Residuos de construcción:** son residuos que resultan de cualquier proceso de construcción.

## 14. Recomendaciones de seguridad en la cocina

- ✦ Recogerte el cabello
- ✦ Procura mantener las toallas de papel lejos del fuego.
- ✦ Evita, de lo posible, que la zona de tolerancia al cigarrillo esté alejada de la cocina.
- ✦ Procura elegir una vestimenta de trabajo un poco justa al cuerpo.
- ✦ Sé cuidadoso al utilizar estufas y hornos, ventila la cocina y aquellos utensilios o herramientas que utilizan gas.
- ✦ Recuerda llevar a reparar los aparatos electrónicos por expertos, ya que es recomendable evitar su uso o manipulación si está presentando fallas.



## 15. Para evitar incendios en la cocina.




- ✚ Asegúrate de que las llaves del gas estén totalmente cerradas
- ✚ Desconecta aparatos eléctricos existentes a tu alrededor.
- ✚ Procura mantener limpias las campanas de extracción.
- ✚ Informa algunas anomalías frente a la conexión de gas como fugas.
- ✚ Mantén despejados los accesos y salidas de la cocina.
- ✚ Verifica que los extintores de la cocina estén vigentes y funcionales.
- ✚ Ten siempre a la mano tapaderas para sofocar el fuego de aceite en freidoras y sartenes.
- ✚ Las cocinas limpias y seguras reducen los riesgos de intoxicación por la mala manipulación de alimentos, siempre y cuando se tomen las precauciones necesarias para evitarlo




GRACIAS




*Bitácora 1: Pan Pita de pollo*

Bitácora 1: Pan Pita de Pollo							
Fecha de elaboración:	02/06/2022						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
<b>Pan pita de Pollo</b>	Pechuga de Pollo	250 gr	Salteado	180°C	Sabor: Característico	63°C	Controlar la temperatura de servicio, ya que debe estar en condiciones aptas al momento del consumo.
	Cebolla Caramelizada	50 gr			Textura: Suave		
	Lechuga Crespa	25 gr			Olor: Característico.		
	Sal	5 gr			Color: Blanco Claro		
	Pimiento Rojo	50 gr					
	Pimiento Amarillo	51 gr					
	Pimiento Verde	52 gr					
	Albahaca Seca	6 gr					
	Tocino	100 gr					


## Bitácora 2: Salsa de Berenjena

Bitácora 2: Salsa de Berenjena							
Fecha de elaboración:	02/06/2022						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
Salsa de Berenjena	Berenjena	187 gr	Emulsión-Horn	185°C	Sabor: Astringente	60°C	Controlar el exceso de ajo
	Cebolla blanca	50 gr			Textura: Espesa		
	ajo	25 gr			Olor: Herbal		
	Perejil	23 gr			Color: Blanco		
	Aceite de Oliva	40 gr					
	Tahini	150 gr					
	Romanesco	80 gr					


*Bitácora 3: Pan Pita de Pollo*

Bitácora 3: Pan Pita de Pollo							
Fecha de elaboración:	04/06/2022						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
Pan pita de Pollo	Pechuga de Pollo	250 gr	Salteado	180°C	Sabor: Característico	65°C	Anadir un poco mas de sal.
	Cebolla Caramelizada	50 gr			Textura: Suave		
	Lechuga Crespa	25 gr			Olor: Característico.		
	Sal	5 gr			Color: Café Claro		
	Pimiento Rojo	50 gr					
	Pimiento Verde	52 gr					
	Pimiento Amarillo	51 gr					
	Albahaca Seca	6 gr					
	Tocino	100 gr					


*Bitácora 4: Salsa de Berengena*

Bitácora 4: Salsa de Berengena							
Fecha de elaboración:	04/06/2022						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
<b>Salsa de Berengena</b>	Berengena	187 gr	Emulsion-Horn	185°C	Sabor: Astringente	60°C	Envolver la berengena en papel aluminio y controlar temperatura de servicio
	Cebolla blanca	50 gr			Textura: Espesa		
	ajo	15 gr			Olor: Herbal		
	Perejil	23 gr			Color: Blanco		
	Aceite de Oliva	40 gr					
	Tahini	150 gr					
	Romanesco	80 gr					

*Bitácora 5: Pan Pita de Pollo*


Bitácora 5: Pan Pita de Pollo							
Fecha de elaboración:	06/06/2022						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
<b>Pan pita de Pollo</b>	Pechuga de Pollo	250 gr	Salteado	180°C	Sabor: Astringente	65°C	Tener en cuenta la temperatura de servicio.
	Cebolla Caramelizada	50 gr			Textura: Suave		
	Lechuga Crespa	25 gr			Olor: Característico.		
	Pimiento Rojo	50 gr			Color: Café Claro		
	Pimiento Verde	52 gr					
	Pimiento Amarillo	51 gr					
	Albahaca Seca	6 gr					
	Tocino	100 gr					
	Sal	10gr					

*Bitácora 6: Salsa de Berengena*


Bitácora 6: Salsa de Berengena							
Fecha de elaboración:	06/06/2022						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
<b>Salsa de Berengena</b>	Berengena	187 gr	Emulsion-Horri	185°C	Sabor: Astringente	60°C	Tener en cuenta la temperatura de servicio
	Cebolla blanca	40 gr			Textura: Espesa		
	ajo	15 gr			Olor: Herbal		
	Perejil	23 gr			Color: Blanco		
	Aceite de Oliva	40 gr					
	Tahini	150 gr					
	Romanesco	80 gr					




## Bitácora 8: Salsa Pesto

Bitácora 8: Salsa Pesto							
Fecha de elaboración:	16/06/2022						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
<b>Salsa de Berengena</b>	Albahaca	45 gr	Emulsion	N/A	Sabor: Astringente	60°C	Agregar mas aceite de oliva, para logra una correcta emulsion.
	Queso Parmesano	80 gr			Textura: Espesa		
	Pinones	45 gr			Olor: Herbal		
	Ajo	20 gr			Color: Blanco		
	Aceite de Oliva	30 gr					
	Sal	16 gr					


*Bitácora 9: Pizza al Pesto*

Bitácora 9: Pizza al Pesto							
Fecha de elaboración:	18/06/2022						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
<b>Pizza al Pesto</b>	Queso de Buffalo	130 gr	Horno	190°C	Sabor:	70°C	Controlar el exceso de queso ya que se nos volvió a botar suero, debido al queso buffalo.
	Queso Mozzarella	100 gr			Herval		
	Pimiento Amarillo	50 gr			Textura:		
	Sal	5 gr			Crujiente		
	Oregano	23 gr			Olor:		
	Aceite de Oliva	75 gr			Fresco		
	Rucula	22 gr			Color:		
	Champinones	65 gr			Amarillo claro		
	Jamon Serrano	75 gr					
	Harina	250 gr					
	Tomillo	16 gr					
	Levadura	7 gr					
	Agua	90 gr					

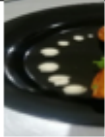
*Bitácora 10: Salsa Pesto*

Bitácora 10: Salsa Pesto							
Fecha de elaboración:	18/06/2022						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
<b>Salsa de Berengena</b>	Albahaca	45 gr	Emulsion	N/A	Sabor: Astringente	60°C	Temperatura de servicio.
	Queso Parmesano	80 gr			Textura: Espesa		
	Pinones	45 gr			Olor: Herbal		
	Ajo	20 gr			Color: Blanco		
	Aceite de Oliva	50 gr					
	Sal	16 gr					


*Bitácora 11: Pizza al Pesto*

Bitácora 11: Pizza al Pesto							
Fecha de elaboración:	18/06/2022						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
<b>Pizza al Pesto</b>	Queso de Buffalo	100 gr	Horno	190°C	Sabor: Herval	70°C	El queso de buffalo lo colocamos exprimido para que no bote suero.
	Queso Mozzarella	100 gr			Textura: Crujiente		
	Pimiento Amarillo	50 gr			Olor: Fresco		
	Sal	5 gr			Color: Amarillo claro		
	Oregano	23 gr					
	Aceite de Oliva	75 gr					
	Rucula	22 gr					
	Champinones	65 gr					
	Jamon Serrano	75 gr					
	Harina	250 gr					
	Tomillo	16 gr					
Levadura	7 gr						
	Agua	90 gr					


## Bitácora 12: Salsa de Ajo

Bitácora 12: Salsa de Ajo							
Fecha de elaboración:	25/6/22						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
Salsa de Ajo	Ajo	85 gr	Emulsion	N/A	Sabor: Acre		Servir Fria
	Huevos	120 gr			Textura: Espesa		
	Aceite de Oliva	50 gr			Olor: Herbal		
	Limon Am arillo	25 gr			Color: Blanco		
	Sal	120 gr					
	Pimienta	8 gr					
	Culantro	10 gr					


*Bitácora 13: Roast Beef*

Bitácora 13: Sanduche Roast Beef							
Fecha de elaboración:	25/6/22						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
<b>Sanduche Roast Beef</b>	Pulpa de Res	500 gr	Horno	185°C	Sabor: Reaccion Maillard	75°C	Banar con un poco de mantequilla logrando mas brillo en la carne
	Mostaza	45 gr			Textura: Suave		
	Pimienta Negra	30 gr			Olor: Fresco		
	Aceite de Oliva	60 gr			Color: Café		
	Tomillo	25 gr					
	Romero	25 gr					
	Mantequilla	50 gr					
	Ajo	33 gr					
	Sal	70 gr					


## Bitácora 14: Sándwich Roast Beef

Bitácora 1: Sandwich Roast Beef							
Fecha de elaboración:	23/06/2022						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
<b>Sanduche Roast Beef</b>	Pulpa de Res	500 gr	Horno	185°C	Sabor: Reaccion Maillard	75°C	Lograr un correcto bridado al momento de colocar al Horno
	Mostaza	45 gr			Textura: Suave		
	Pimienta Negra	30 gr			Olor: Fresco		
	Aceite de Oliva	55 gr			Color: Café		
	Tomillo	25 gr					
	Romero	25 gr					
	Mantequilla	50 gr					
	Ajo	33 gr					
	Sal	70 gr					


## Bitácora 15: Bolón Mixto

Bitácora 15: Bolon Mixto							
Fecha de elaboración:	25/6/22						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
<b>Bolon Mixto</b>	Platano verde	500 gr	Fritura	100°C	Sabor: Dulce	60°C	Controlar la Temperatura
	Sal	45 gr			Textura: Suave		
	Comino	30 gr			Olor: Fresco		
	Queso fresco	60 gr			Color: Amarillo		
	Chicharron	25 gr					
	Aceite de Oliva	25 gr					

## Bitácora 16: Bolón Mixto

Bitácora 16 : Bolon Mixto							
Fecha de elaboración:	25/6/22						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
<b>Bolon Mixto</b>	Platano verde	500 gr	Fritura	100°C	Sabor: Dulce	65°C	Controlar la Temperatura
	Sal	45 gr			Textura: Suave		
	Comino	30 gr			Olor: Fresco		
	Queso fresco	60 gr			Color: Amarillo		
	Chicharron	35 gr					
	Aceite de Oliva	25 gr					

## Bitácora 17: Bolón Mixto

Bitácora 17 : Bolon Mixto							
Fecha de elaboración:	25/6/22						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
<b>Bolon Mixto</b>	Platano verde	500 gr	Fritura	100°C	Sabor: Dulce	75°C	Controlar la Temperatura
	Sal	45 gr			Textura: Suave		
	Comino	30 gr			Olor: Fresco		
	Queso fresco	60 gr			Color: Amarillo		
	Chicharron	25 gr					
	Aceite de Oliva	27 gr					












## Bitácora 22: Corviche

Bitácora 22: Corviche							
Fecha de elaboración:	25/6/22						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de	Características	Temperatura de	Observaciones
<b>Corviche</b>	Achiote	0,033 gr	Fritura	94°C	Sabor: Particular	56°C	Controlar la Temperatura
	Platano verde	0,160 gr			Textura: Suave		
	Sal	0,03 gr			Olor: floral		
	Comino	0,062 gr			Color: Café		
	Pasta de mani	0,025 gr					
	Cebolla	0,019 gr					

## Bitácora 23: Corviche


Bitácora 23 : Corviche							
Fecha de elaboración:	25/6/22						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
Corviche	Achiote	0,010 gr	Fritura	100°C	Sabor: Particular	74°C	
	Platano verde	0,255 gr			Textura: Suave		
	Sal	0,012 gr			Olor: floral		
	Comino	0,009 gr			Color: Café		
	Pasta de mani	0,035 gr					
	Cebolla	0,025 gr					

## Bitácora 24: Salsa de Camarones

Bitácora 24 : Salsa de Camarones							
Fecha de elaboración:	25/6/22						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
<b>Salsa Corviche</b>	Crema de Leche	129 gr	Fritura	100°C	Sabor: Salada	70°C	Controlar la Temperatura del sartén
	Sal	15 gr			Textura: Crtemosa		
	Comino	07 gr			Olor: Herbal		
	Aceite de Oliva	26 gr			Color: Blanca		
	Camaron	125 gr					
	Perejil	35 gr					



## Bitácora 26: Salsa de Camarones

Bitácora 26 : Salsa de Camarones							
Fecha de elaboración:	25/6/22						
Producto	Ingredientes	Peso	Método de Cocción	Temperatura de Cocción	Características Organolépticas	Temperatura de Servicio	Observaciones
<b>Salsa Corviche</b>	Crema de Leche	125 gr	Fritura	100°C	Sabor: Herbal	70°C	
	Sal	15 gr			Textura: Crtemosa		
	Comino	05 gr			Olor: Herbal		
	Aceite de Oliva	26 gr			Color: Blanca		
	Camaron	100 gr					
	Perejil	22 gr					

### 5.1.3 Fichas Estandarizadas

Una ficha estandarizada es la encargada de almacenar información necesaria para el desarrollo de la receta, en el cual se encuentra:

- Tipo de plato (Entrada, Fuertes, Postres)
- Cantidades
- Gramaje
- Productos
- Cortes
- Utensilios
- Equipos
- Procedimiento
- Observaciones

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 	
<b>FICHA TÉCNICA:</b>		<b>Pan Pita de Pollo</b>	
Tipo de Platc		Relleno	
Foto	<b>INGREDIENTES:</b>		
	Cant.	Und.	Nombre
<b>MISE EN PLACE:</b>			
<b>Técnicas de Corte:</b>			
<b>Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura</b>			
<b>Equipos y Utensilios:</b>			
<b>PREPARACIÓN:</b>			
<b>Observaciones:</b>			




### 5.1.3.1 Introducción de las fichas

Los productos actualmente detallados en las fichas siguientes, es la materia prima del Supermaxi, que al no ser manejados correctamente generan pérdida o el mal uso de los mismos nos lleva a que el producto final termine en la basura y genere pérdidas mayores a la empresa.




*Ficha1: Hoja de ruta Pan pita de Pollo.*

<b>INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO</b>		 	
<b>FICHA TÉCNICA:</b>		<b>Pan Pita de Pollo</b>	
<b>Tipo de Plato:</b>		<b>Pan</b>	
	<b>INGREDIENTES:</b>		
	<b>Cant.</b>	<b>Und.</b>	<b>Nombre</b>
	0,25	Kg	Harina
	0,015	Kg	Levadura
	0,155	Kg	Agua
	0,026	Kg	Aceite de Oliva
	0,004	Kg	Sal
<b>MISE EN PLACE:</b>			
<b>Técnicas de Corte:</b>			
<b>Harina</b>	N/A	<b>Agua</b>	N/A
<b>Agua</b>	N/A	<b>Aceite de Oliva</b>	N/A
<b>Sal</b>	N/A		
<b>Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura</b>			
DEJAR LEUDAR LA MASA POR 1 HORA, LUEGO EXTENDER Y MANDAR A LA PLANCHA POR 25 MIN			
<b>Equipos y Utensilios:</b>			
<b>Bowls, Plancha, Sarte.</b>			
<b>PREPARACIÓN:</b>			
1. Ponemos en un cuenco amplio la harina, la sal, el azúcar y el aceite de oliva virgen extra, añadimos la levadura que 2. Amasamos durante unos diez minutos. 3. Cortamos porciones de masa de unos 80 gramos, a los que damos forma de bola. 4. Ponemos en una bandeja y tapamos con un paño húmedo. 5. Dejamos reposar unos 45 minutos o hasta que doblen su volumen. 6. Precalemamos el horno, a 250°C, calor arriba y abajo, con la bandeja dónde vamos a hornear el pan dentro. 7. Horneamos entre 8 y 10 minutos, veréis que se hinchan, esto es importante, ya que así se separan las dos capas y quedan			
<b>Observaciones:</b>			
Sacamos y mantenemos calientes tapados con un paño.			

## Ficha 2: Hoja de ruta del Relleno

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 	
<b>FICHA TÉCNICA:</b>		<b>Pan Pita de Pollo</b>	
<b>Tipo de Platc</b>		<b>Relleno</b>	
	<b>INGREDIENTES:</b>		
	<b>Cant.</b>	<b>Und.</b>	<b>Nombre</b>
	0,300	Kg	Pechuga de Pollo
	0,025	Kg	Cebolla
	0,055	Kg	Sal
	0,040	Kg	Aceite de Oliva
	0,100	Kg	Tocino
	0,050	Kg	Pimiento Rojo
	0,052	Kg	Pimiento Verde
	0,053	Kg	Pimiento Amarillo
	0,035	Kg	Lechuga Crespa
0,015	Kg	Albahaca Seca	
<b>MISE EN PLACE:</b>			
<b>Técnicas de Corte:</b>			
<b>Pechuga de Pollo</b>	Cubos	<b>Pimiento Rojo</b>	Bastones
<b>Cebolla</b>	Brunoise	<b>Pimiento Verde</b>	Bastones
<b>Sal</b>	N/A	<b>Pimiento Amarillo</b>	Bastones
<b>Aceite de Oliva</b>	N/A	<b>Lechuga Crespa</b>	Chiffonade
<b>Tocino</b>	Brunoise	<b>Albahaca Seca</b>	N/A
<b>Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura</b>			
Tener los ingredientes listos listos , saltear desde los maa gruesos a lo mas delgado			
Saltear por 8 minutos y colocar en un bold hasta tener el pan pita listo para rellenar			
Temperatura de servicio de 65°C			
<b>Equipos y Utensilios:</b>			
<b>Bowls, Tabla de picar, Wok, Pinzas</b>			
<b>PREPARACIÓN:</b>			
1. Picar todos los ingredientes			
2. Calentar el Wok y saltear los ingredientes colocando primero los cubos de pollo			
3. Luego agregamos los ingredientes mas delgados.			
4. Salteamos a fuego alto por 8 minutos			
<b>Observaciones:</b>			
Tener en cuenta que no se nos queme al momento de saltear			

Ficha 3: Hoja de ruta Salsa de Berengena

<b>INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO</b>		 	
<b>FICHA TÉCNICA:</b>		<b>Pan Pita de Pollo</b>	
<b>Tipo de Platc</b>		<b>Salsa de Berengena</b>	
	<b>INGREDIENTES:</b>		
	<b>Cant.</b>	<b>Und.</b>	<b>Nombre</b>
	0,200	Kg	Berengena
	0,015	Kg	Ajo
	0,010	Kg	Sal
	0,026	Kg	Limon
	0,100	Kg	Tahini
<b>MISE EN PLACE:</b>			
<b>Técnicas de Corte:</b>			
<b>Berengena</b>	N/A	<b>Sal</b>	N/A
<b>Sal</b>	N/A	<b>Limon</b>	N/A
<b>Tahini</b>	N/A	<b>0</b>	
<b>0</b>		<b>0</b>	
<b>0</b>		<b>0</b>	
<b>0</b>		<b>0</b>	
<b>Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura</b>			
DEJAR LEUDAR LA MASA POR 1 HORA, LUEGO EXTENDER Y MANDAR A LA PLANCHA POR 25 MIN			
<b>Equipos y Utensilios:</b>			
<b>Bowls, Plancha, Sarte.</b>			
<b>PREPARACIÓN:</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ponemos en un cuenco amplio la harina, la sal, el azúcar y el aceite de oliva virgen extra, añadimos la levadura que</li> <li>2. Amasamos durante unos diez minutos.</li> <li>3. Cortamos porciones de masa de unos 80 gramos, a los que damos forma de bola.</li> <li>4. Ponemos en una bandeja y tapamos con un paño húmedo.</li> <li>5. Dejamos reposar unos 45 minutos o hasta que doblen su volumen.</li> <li>6. Pre calentamos el horno, a 250°C, calor arriba y abajo, con la bandeja dónde vamos a hornear el pan dentro.</li> <li>7. Hornearnos entre 8 y 10 minutos, veréis que se hinchan, esto es importante, ya que así se separan las dos capas y</li> </ol>			
<b>Observaciones:</b>			
Sacamos y mantenemos calientes tapados con un paño.			

## Ficha 4: Hoja de ruta Pizza al Pesto

<b>INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO</b>		 	
<b>FICHA TÉCNICA:</b>		<b>Pizza al Pesto</b>	
<b>Tipo de Platc</b>		<b>Masa</b>	
	<b>INGREDIENTES:</b>		
	<b>Cant.</b>	<b>Und.</b>	<b>Nombre</b>
	0,250	Kg	Harina
	0,007	Kg	Levadura
	0,150	Kg	Agua
	0,025	Kg	Aceite de Oliva
	0,008	Kg	Sal
	0,023	Kg	Tomillo
<b>MISE EN PLACE:</b>			
<b>Técnicas de Corte:</b>			
Harina	N/A		
Levadura	N/A		
Agua	N/A		
Aceite de Oliva	N/A		
Sal	N/A		
Tomillo	N/A		
<b>Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura</b>			
1. Pesar y Amasar todos los ingredientes 2. LEUDAR LA MASA POR 12 HORAS MAXIMO, LUEGO EXTENDER 3. COLOCAR EN EL HORNO A 195°C POR 28 MINUTOS			
<b>Equipos y Utensilios:</b>			
<b>Bowls, Plancha, Horno.</b>			
<b>PREPARACIÓN:</b>			
1. Ponemos la harina, la sal y el aceite de oliva virgen extra, añadimos la levadura que disolvemos en el agua. 2. Amasamos durante unos diez minutos. 3. Cortamos porciones de masa, a las que damos forma de bola. 4. Ponemos en una bandeja y tapamos con un paño húmedo, por 15 minutos 5. Dejamos reposar hasta que doblen su volumen. 6. Precalentamos el horno, a 195°C. 7. Horneamos entre 8 y 10 minutos, veréis que se hinchan, esto es importante, ya que así se separan las dos capas y			
<b>Observaciones:</b>			
Sacamos y mantenemos caliente			




Ficha 5: Hoja de ruta Salsa al Pesto

<b>INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO</b>		 	
<b>FICHA TÉCNICA:</b>		<b>Pizza al Pesto</b>	
<b>tipo de Plat</b>		<b>Salsa Pesto</b>	
	<b>INGREDIENTES:</b>		
	<b>Cant.</b>	<b>Und.</b>	<b>Nombre</b>
	0,100	Kg	Albahaca
	0,200	Kg	Queso parmesano
	0,075	Kg	Pinones
	0,006	Kg	Ajo
	0,160	Kg	Aceite de Oliva
	0,008	Kg	Sal
<b>MISE EN PLACE:</b>			
<b>Técnicas de Corte:</b>			
<b>Albahaca</b>	N/A	<b>Aceite de Oliva</b>	N/A
<b>Queso</b>	N/A	<b>Sal</b>	N/A
<b>Pinones</b>	N/A		
<b>Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura</b>			
Licuar todos los ingredientes			
Conseguir una masa homogenea			
<b>Equipos y Utensilios:</b>			
<b>Bowls, Licuadora.</b>			
<b>PREPARACIÓN:</b>			
1. Ponemos en un cuenco amplio la harina, la sal, el azúcar y el aceite de oliva virgen extra, añadimos			
2. Amasamos durante unos diez minutos.			
3. Cortamos porciones de masa de unos 80 gramos, a los que damos forma de bola.			
4. Ponemos en una bandeja y tapamos con un paño húmedo.			
<b>Observaciones:</b>			
Sacamos y mantenemos calientes tapados con un paño.			

## Ficha 6 Corviche: Hoja de ruta Masa

<b>INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO</b>		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
<b>FICHA TÉCNICA:</b>		<b>CORVICHE</b>	
<b>Tipo de Platc</b>		<b>Masa</b>	
	<b>INGREDIENTES:</b>		
	<b>Cant.</b>	<b>Und.</b>	<b>Nombre</b>
	0,010	Kg	Achiote
	0,255	Kg	Platano verde
	0,012	Kg	Sal
	0,09	Kg	Comino
	0,035	Kg	Pasta de mani
	0,025	Kg	Cebolla
<b>MISE EN PLACE:</b>			
<b>Técnicas de Corte:</b>			
Achiote	N/A		
Platano verde	N/A		
Sal	N/A		
Comino			
Pasta de mani			
Cebolla			
<b>Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura</b>			
Controlar la temperatura de de fritura Fritura a 100 ° C			
<b>Equipos y Utensilios:</b>			
Bowls, Plancha, Sarte.			
<b>PREPARACIÓN:</b>			
1, Preparar un refrito con el achiote 2, Guardar la mitad del refrito para la masa de plátano verde. 3, Rallar los plátanos verdes crudos en un rallador muy fino, agregar la mitad del refrito, mezclar y amasar bien. 4, Formar bolas ovaladas o alargadas con la masa de verde y rellenarlas con el condumio de pescado. 5, Freír en aceite caliente hasta que estén doraditos, retirar y dejar escurrir la grasa.			
<b>Observaciones:</b>			
Controlar la temperatura al momento de freír			

Ficha 7: Hoja de ruta del Relleno

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 	
<b>FICHA TÉCNICA:</b>		<b>Corviche</b>	
<b>Tipo de Platc</b>		<b>Relleno</b>	
	<b>INGREDIENTES:</b>		
	<b>Cant.</b>	<b>Und.</b>	<b>Nombre</b>
	0,400	Kg	Pescado
	0,02	Kg	Cebolla blanca
	0,008	Kg	Sal
	0,009	Kg	Pimienta
	0,004	Kg	Comino
<b>MISE EN PLACE:</b>			
<b>Técnicas de Corte:</b>			
<b>Pescado</b>	Cubos	<b>Pimienta</b>	N/A
<b>Cebolla</b>	Brunoise	<b>Comino</b>	N/A
<b>Sal</b>	N/A		
<b>Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura</b>			
Realizar un refrito a fuego alto			
<b>Equipos y Utensilios:</b>			
Sarten, espátula, tabla			
<b>PREPARACIÓN:</b>			
1. Picar finamente los ingredientes 2. Realizar un refrito 3. No secar mucho 4. Dejar enfriar			
<b>Observaciones:</b>			
Controlar que no se queme el refrito al momento de realizarlo			

Ficha 8: Hoja de ruta de la Salsa de Camarón

<b>INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO</b>		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
<b>FICHA TÉCNICA:</b>		<b>CORVICHE</b>	
<b>Tipo de Platc</b>		<b>Salsa de Camaron</b>	
	<b>INGREDIENTES:</b>		
	<b>Cant.</b>	<b>Und.</b>	<b>Nombre</b>
	0,125	Kg	Crema de leche
	0,015	Kg	Sal
	0,005	Kg	Comino
	0,026	Kg	Aceite de Oliva
	0,1	Kg	Camaron
	0,022	Kg	Perejil
<b>MISE EN PLACE:</b>			
<b>Técnicas de Corte:</b>			
Crema de leche	N/A	Perejil	N/A
Sal	N/A		
Comino	N/A		
Aceite de Oliva			
# REF!			
Camaron			
<b>Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura</b>			
Picar finamente bien todos los ingredintes			
<b>Equipos y Utensilios:</b>			
Tabla, bords, sarten, espatula			
<b>PREPARACIÓN:</b>			
1, Realizar un refrito 2, Sartear los camarones 3, Anadir crema de leche 4, Dejar hervir por 4 min 5, Enfriar y servir			
<b>Observaciones:</b>			
Picar muy finos los camarones.			

Ficha 9: Hoja de ruta Salsa de queso

<b>INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO</b>		 	
<b>FICHA TÉCNICA:</b>		<b>BOLON MIXTO</b>	
<b>Tipo de Platc</b>		<b>SALSA DE QUESO</b>	
	<b>INGREDIENTES:</b>		
	<b>Cant.</b>	<b>Und.</b>	<b>Nombre</b>
	0,200	Kg	Crema de Leche
	0,125	Kg	Queso Edem
	0,01	Kg	Sal
	0,026	Kg	Aceite de Oliva
<b>MISE EN PLACE:</b>			
<b>Técnicas de Corte:</b>			
Crema de Leche	N/A	Aceite de Oliva	N/A
Queso Edem	N/A		
Sal	N/A		
Aceite de Oliva	N/A		
<b>Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura</b>			
Esta rpreparacion es una reduccion, teniendo en cuneta la temperatura			
<b>Equipos y Utensilios:</b>			
Bowls, Sarten.			
<b>PREPARACIÓN:</b>			
1, Reduccion de los ingredintes, a fuego lento			
2, Rectificar sabores			
3, Servir			
<b>Observaciones:</b>			
Tener en cuenta el tiempo de preparacion ya que se puefe quemar			

Ficha 10: Hoja de ruta Bolón mixto

<b>INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO</b>		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
<b>FICHA TÉCNICA:</b>		<b>Bolon Mixto</b>	
<b>Tipo de Platc</b>		<b>Masa</b>	
	<b>INGREDIENTES:</b>		
	<b>Cant.</b>	<b>Und.</b>	<b>Nombre</b>
	0,425	Kg	Platano Verde
	0,050	Kg	Mantequilla
	0,035	Ml	Aceite de Oliva
	0,036	Kg	Comino
	0,015	Kg	Sal
	0,200	Kg	Queso
	0,200	Kg	Chicharron
		Kg	
<b>MISE EN PLACE:</b>			
<b>Técnicas de Corte:</b>			
Platano Verde	N/A	Chicharron	N/A
Mantequilla	N/A		
Aceite de Oliva	N/A		
Comino	N/A		
Sal	N/A		
Queso	Rallado		
<b>Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura</b>			
Dividir los platos a la mitad, la una freir y la otra codinar			
Rayar el queso			
<b>Equipos y Utensilios:</b>			
Bowls, Plancha, Sarte.			
<b>PREPARACIÓN:</b>			
1, PELAR TODOS LOS VERDES			
2, PELAR Y FREIR UNA PARTE			
3, ANADIR LA MANTEQUILLA			
4, COLOCAR LOS DEMAS INGREDIENTES			
5, DARLE FORMA OVALADA			
6 FREIR A FRITURA PROFUNDA			
<b>Observaciones:</b>			
Sacamos y colocamos en papel absorbente.			

Ficha 11 Sándwich Roast Beef: Hoja de ruta de la Masa

<b>INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO</b>		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
<b>FICHA TÉCNICA:</b>		<b>Sandwich Roast Beef</b>	
<b>Tipo de Platc</b>		<b>Masa</b>	
	<b>INGREDIENTES:</b>		
	<b>Cant.</b>	<b>Und.</b>	<b>Nombre</b>
	0,500	Kg	Harina
	0,015	Kg	Levadura
	0,245	Kg	Agua
	0,026	Kg	Aceite de Oliva
	0,004	Kg	Sal
	0,060	Kg	Huevo
	0,055	Kg	Mantequilla
	0,06	Kg	Queso Parmesano
<b>MISE EN PLACE:</b>			
<b>Técnicas de Corte:</b>			
Harina	N/A	Mantequilla	N/A
Levadura	N/A	Queso Parmesano	N/A
Agua	N/A		
Aceite de	N/A		
Sal	N/A		
Huevo	N/A		
<b>Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura</b>			
DEJAR LEUDAR LA MASA POR 1 HORA, LUEGO EXTENDER Y DEJAR REPOSAR			
<b>Equipos y Utensilios:</b>			
Bowls, Bolillo, Batidora.			
<b>PREPARACIÓN:</b>			
1. Ponemos todos los ingredintes y mezclamos 2. Amasamos durante unos diez minutos. 3. Cortamos porciones de masa , a los que damos forma alargada. 4. Ponemos en una bandeja y tapamos con un paño húmedo. 5. Dejamos reposar unos 45 minutos. 6. Precalentamos el horno, a 250°C. 7. Horneamos entre 25 a 30 minutos.			
<b>Observaciones:</b>			
Sacamos y mantenemos calientes.			

Ficha 12 Sándwich Roast Beef: Hoja de ruta del Relleno

<b>INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO</b>		 	
<b>FICHA TÉCNICA:</b>		<b>Sandwich Roast Beef</b>	
<b>Tipo de Platc</b>		<b>Relleno</b>	
	<b>INGREDIENTES:</b>		
	<b>Cant.</b>	<b>Und.</b>	<b>Nombre</b>
	0,235	Kg	Roast beef
	0,025	Kg	Lechuga Romana
	0,100	Kg	Queso crema
	0,026	Kg	Mantequilla
	0,004	Kg	Sal
	0,007	Kg	Ajo
	0,01	Kg	limon
<b>MISE EN PLACE:</b>			
<b>Técnicas de Corte:</b>			
Roast beef	Slices	limon	N/A
Lechuga	N/A		
Queso crema	N/A		
Mantequilla	N/A		
Sal	N/A		
Ajo	N/A		
<b>Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura</b>			
Colocar la carne al horno por 35 min, sazonada con los ingredientes Cortar en slices la carne			
<b>Equipos y Utensilios:</b>			
Horno, Plancha, Sarten, Bolds			
<b>PREPARACIÓN:</b>			
1, Sazonar la carne 2, Colocar en el Horno 3, Cortar en slices la carne previamente cocinada 4, Untar la mantequilla y la crema de leche en el pan 5, Armar 6, Servir			
<b>Observaciones:</b>			
Dejar Reposar unos 5 minutos y servir			

Ficha 13 Sándwich Roast Beef: Hoja de ruta de la salsa de Ajo

<b>INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO</b>		 	
<b>FICHA TÉCNICA:</b>		<b>Sandwich Roast Beef</b>	
<b>Tipo de Platc</b>		<b>Salsa de Ajo</b>	
	<b>INGREDIENTES:</b>		
	<b>Cant.</b>	<b>Und.</b>	<b>Nombre</b>
	0,155	Kg	Ajo
	0,060	Und.	Huevo
	0,086	Ml	Aceite de Oliva
	0,026	Kg	Limon
	0,011	Kg	Sal
	0,008	Kg	Pimienta
	0,007	Kg	Culantro
<b>MISE EN PLACE:</b>			
<b>Técnicas de Corte:</b>			
<b>Ajo</b>	Brunoise	<b>Culantro</b>	Chiffonade
<b>Huevo</b>	N/A		
<b>Aceite de</b>	N/A		
<b>Limon</b>	N/A		
<b>Sal</b>	N/A		
<b>Pimienta</b>	N/A		
<b>Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura</b>			
Picar finamente y realizar un refrito			
Emulsionar y servir			
<b>Equipos y Utensilios:</b>			
Licuadora, Colador, Tabla			
<b>PREPARACIÓN:</b>			
1, Realizar un refrito			
2, Colocar en la licuadora			
3, Tamizar			
4, Servir			
<b>Observaciones:</b>			
DEJAR ENFRIAR LUEGO DE REALIZAR EL REFRITO			



## 5.1.3.1.1 Base de Datos

GRUPO	INGREDIENTE FINAL	PRESENTACIÓN DE COMPRA	PROVEEDOR	COSTO POR KILO DE COMPRA	PESO BRUTO COMPRADO KG	CANTIDAD NETA COMPRADA	PESO DESPERDICIO COMPRADO	PESO SUB PRODUCTO COMPRADO	PESO EQUIVALENTE	CANTIDAD NETA EQUIVALENTE	PESO DESPERDICIO EQUIVALENTE	PESO SUB PRODUCTO EQUIVALENTE	%	FACTOR	COSTO*KILO INGREDIENTE FINAL	OBSERVACIONES
<b>Carnes</b>																
	Pechuga de pollo	Pechuga Entera	Supermaxi	3,4	0,5	0,25	0	0,25	1	0,50	0,000	0,500	50,00	2,00	3,40	
	Tocino	Paquete Tocino	Supermaxi	5,4	0,1	0,1	0	0	1	1,00	0,00	0,00	100,00	1,00	5,40	
	Peperoni	Paquete Peperoni	Supermaxi	3,75	0,1	0,1	0	0	1	1,00	0,00	0,00	100,00	1,00	3,75	
	jamon serrano	Slash	Supermaxi	27,49	0,1	0,1	0	0	1	1,00	0,00	0,00	100,00	1,00	27,49	
	pulpa de res	Empacado al vacio	Supermaxi	7,28	0,325	0,15	0	0,175	1	0,46	0,00	0,54	46,15	2,17	7,28	
<b>Fruta</b>																
<b>Hortalizas</b>																
	Pimiento rojo	Unida Pimiento	Supermaxi	1,25	0,089	0,079	0,01	0	1	0,89	0,11	0,0000	88,76	1,13	1,41	
	Pimiento verde	Unida Pimiento	Supermaxi	1,20	0,093	0,083	0,01	0	1	0,89	0,11	0,00	89,25	1,12	1,34	
	Pimiento amarillo	Unida Pimiento	Supermaxi	1,36	0,11	0,1	0,01	0	1	0,91	0,09	0,00	90,91	1,10	1,50	
	Lechuga crespa	Unida Lechuga	Supermaxi	1,23	0,189	0,03	0,02	0,139	1	0,16	0,11	0,74	15,87	6,30	2,05	
	Romanesco	Unidad	Supermaxi	1,18	0,08	0,02	0	0,06	1	0,25	0,00	0,75	25,00	4,00	1,18	
	Berengena	Unidad	Supermaxi	2,78	0,2	0,2	0	0	1	1,00	0,00	0,00	100,00	1,00	2,78	
	Culantro	Atado	Supermaxi	3,2	0,078	0,02	0	0,076	1	0,26	0,00	0,97	25,64	3,90	0,32	
	Cebolla blanca	Unidad	Supermaxi	1,54	0,09	0,023	0	0,067	1	0,26	0,00	0,74	25,56	3,91	1,54	
	Perejil	Atado	Supermaxi	3,33	0,08	0,01	0	0,07	1	0,13	0,00	0,88	12,50	8,00	3,33	
	Albahaca	Atado	Supermaxi	2	0,075	0,017	0	0,058	1	0,23	0,00	0,77	22,67	4,41	2,00	
	Ajo	funda	Supermaxi	3,25	0,033	0,015	0	0,018	1	0,45	0,00	0,55	45,45	2,20	3,25	
	Rucula	Funda	Supermaxi	4,56	0,2	0,075	0	0,025	1	0,38	0,00	0,13	37,50	2,67	10,64	
	Pinones	funda	Supermaxi	11,5	0,1	0,1	0	0	1	1,00	0,00	0,00	100,00	1,00	11,50	
	Champinoes	Bandeja	Supermaxi	7,78	0,25	0,25	0	0	1	1,00	0,00	0,00	100,00	1,00	7,78	
	Lechuga Romana	Funda	Supermaxi	2,23	0,089	0,023	0	0,067	1	0,26	0,00	0,75	25,84	3,87	2,13	
<b>Abarrotes</b>																
	Harina	Funda de Harina	Supermaxi	1,23	1	0,25	0	0,75	1	0,25	0,00	0,75	25,00	4,00	1,23	
	Aceite oliva	Botella	Supermaxi	15,78	0,25	0,1	0	0,15	1	0,40	0,00	0,60	40,00	2,50	15,78	
	Oregano	Funda	Supermaxi	4,23	0,1	0,028	0	0,072	1	0,28	0,00	0,72	28,00	3,57	4,23	
	Tomillo	Funda	Supermaxi	4,57	0,1	0,044	0	0,056	1	0,44	0,00	0,56	44,00	2,27	4,57	
	Albahaca Seca	Botella	Supermaxi	18,2	0,1	0,017	0	0,083	1	0,17	0,00	0,83	17,00	5,88	18,20	
	Tahini	Frasco	Supermaxi	16,5	0,2	0,1	0	0	1	0,50	0,00	0,00	50,00	2,00	33,00	
	Levadura	Funda	Supermaxi	8,76	0,25	0,015	0	0,235	1	0,06	0,00	0,94	6,00	16,67	8,76	
	Azucar	Funda	Supermaxi	5,78	0,5	0,06	0	0,44	1	0,12	0,00	0,88	12,00	8,33	5,78	
	Huevos	Cubeta	Supermaxi	2,5	0,85	0,22	0,04	0,59	1	0,26	0,05	0,69	25,88	3,86	2,95	
	Sal	Funda	Supermaxi	1	1	0,018	0	0,982	1	0,02	0,00	0,98	1,80	55,56	1,00	
	Pimienta Negra Molida	Funda	Supermaxi	12,76	0,2	0,008	0	0,192	1	0,04	0,00	0,96	4,00	25,00	12,76	
	Ajonjolli	Funda	Supermaxi	18,33	0,15	0,03	0	0,12	1	0,20	0,00	0,80	20,00	5,00	18,33	
	Aceite	Botella	Supermaxi	8,56	1	0,1	0	0,9	1	0,10	0,00	0,90	10,00	10,00	8,56	
<b>Lacteos</b>																
	Queso Parmesano	Funda	Supermaxi	16,5	0,1	0,1	0	0	1	1,00	0,00	0,00	100,00	1,00	16,50	
	Queso Mozzarella	Funda	Supermaxi	14,7	0,15	0,15	0	0	1	1,00	0,00	0,00	100,00	1,00	14,70	
	Queso de bufalo	Funda	Supermaxi	12,34	0,2	0,15	0	0,05	1	0,75	0,00	0,25	75,00	1,33	12,34	
	Mantequilla	Funda	Supermaxi	13,47	0,1	0,025	0	0,075	1	0,25	0,00	0,75	25,00	4,00	13,47	
	Leche	Funda	Supermaxi	1,34	1	0,25	0	0,75	1	0,25	0,00	0,75	25,00	4,00	1,34	
<b>Fruta</b>																
	Limon	Funda	Supermaxi	4,53	0,05	0,035	0	0,015	1	0,70	0,00	0,30	70,00	1,43	4,53	

### 5.1.3.2 Hoja de Gramajes y Costos

La hoja de costos nos da, determinadamente el precio exacto de cada uno de los ingredientes manejados en la preparación de los platillos finales, además establece el porcentaje de materia prima que se debe usar para la elaboración de las propuestas antes mencionadas y el costo de venta al público de la obtención final de la propuesta gastronómica. Con la hoja de costos y gramajes se establecerá los montos exactos que deben ser estipulados para las preparaciones y de esta manera prevenir el desperdicio en las preparaciones finales


Chef:			Bryam Panama--Daniel Rojas					
Tipo de Plato:			0		Tamaño porción			
Costo por Plato:					Raciones:			
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1								
2								
3								
4								
5								
		0,00	Peso Total receta		0,00	Costo de receta		
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):								
Costo por kilo de elaboración								

### 5.1.3.2.1 Hoja de Gramaje y Costos


Hoja 1 de Gramaje y Costos Pan Pita de Pollo: Pan

								
<b>Costos:</b>		<b>Pan Pita de Pollo</b>						
<b>Chef:</b>		Bryam Panama–Daniel Rojas						
<b>Tipo de Plato:</b>		Pan	<b>Tamaño porción</b>				0,25	
<b>Costo por Plato:</b>		0,26	<b>Raciones:</b>				2	
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	0,25	Kg	Harina	1,00	0,25	Funda	1,000	4,00
2	0,02	Kg	Levadura	2,50	0,04	Funda	0,250	16,67
3	0,16	Kg	Agua	0,00	0,00	N/A	0,000	0,00
4	0,03	Kg	Aceite de Oliva	7,00	0,18	Botella	0,065	2,50
5	0,00	Kg	Sal	0,90	0,00	Funda	0,222	55,56
		<b>0,45</b>	<b>Peso Total receta</b>		<b>0,47</b>	<b>Costo de receta</b>		
<b>P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):</b>				<b>0,79</b>				
<b>Costo por kilo de elaboración</b>				<b>1,05</b>				


## Hoja 2 de Gramaje y Costos Pan Pita de Pollo: Salsa de Berenjena

								
<b>Costos:</b>		<b>Pan Pita de Pollo</b>						
<b>Chef:</b>		Bryam Panama–Daniel Rojas						
<b>Tipo de Plato:</b>		Salsa de B	<b>Tamaño porción</b>		0,350			
<b>Costo por Plato:</b>		0,82	<b>Raciones:</b>		1			
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	0,200	Kg	Berengena	2,78	0,56	Funda	0,200	1,00
2	0,015	Kg	Ajo	3,25	0,05	Funda	0,033	2,20
3	0,010	Kg	Sal	1,00	0,01	Funda	0,556	55,56
4	0,026	Kg	Limon	4,53	0,12	Funda	0,037	1,43
5	0,100	Kg	Tahini	0,90	0,09	Frasco	0,200	2,00
		<b>0,351</b>	<b>Peso Total receta</b>		<b>0,82</b>	<b>Costo de receta</b>		
<b>P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):</b>				<b>2,46</b>				
<b>Costo por kilo de elaboración</b>				<b>2,34</b>				



## Hoja 3 de Gramaje y Costos Pan Pita de Pollo: Relleno

								
<b>Costos:</b>		<b>Pan Pita de Pollo</b>						
<b>Chef:</b>		<b>Bryam Panama–Daniel Rojas</b>						
<b>Tipo de Plato:</b>		<b>Relleno</b>	<b>Tamaño porción</b>		<b>0,17</b>			
<b>Costo por Plato:</b>		<b>0,66</b>	<b>Raciones:</b>		<b>4</b>			
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	0,300	Kg	Pechuga de Pollo	3,40	1,02	Funda	0,600	2,00
2	0,025	Kg	Cebolla	1,54	0,04	Funda	0,098	3,91
3	0,055	Kg	Sal	1,00	0,06	Funda	3,056	55,56
4	0,040	Kg	Aceite de Oliva	15,78	0,63	Botella	0,100	2,50
5	0,100	Kg	Tocino	5,40	0,54	Funda	0,100	1,00
6	0,050	Kg	Pimiento Rojo	1,25	0,06	Funda	0,056	1,13
7	0,052	Kg	Pimiento Verde	1,20	0,06	Funda	0,058	1,12
8	0,053	Kg	Pimiento Amarillo	1,36	0,07	Funda	0,058	1,10
9	0,035	Kg	Lechuga Crespa	1,23	0,04	Funda	0,221	6,30
10	0,015	Kg	Albahaca Seca	18,20	0,27	Botella	0,088	5,88
		<b>0,725</b>	<b>Peso Total receta</b>		<b>2,80</b>	<b>Costo de receta</b>		
<b>P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):</b>				<b>1,97</b>				
<b>Costo por kilo de elaboración</b>				<b>3,86</b>				

## Hoja 4 de Gramaje y Costo Pizza al Pesto: Masa

								
<b>Costos:</b>		<b>Pizza al Pesto</b>						
<b>Chef:</b>		Bryam Panama–Daniel Rojas						
<b>Tipo de Plato:</b>		Masa	<b>Tamaño porción</b>		0,232			
<b>Costo por Plato:</b>		0,41	<b>Raciones:</b>		2			
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	0,250	Kg	Harina	1,00	0,25	Funda	1,000	4,00
2	0,007	Kg	Levadura	8,76	0,06	Funda	0,117	16,67
3	0,150	Kg	Agua	0,00	0,00	N/A	0,000	0,00
4	0,025	Kg	Aceite de Oliva	15,78	0,39	Botella	0,063	2,50
5	0,008	Kg	Sal	1,00	0,01	Funda	0,444	55,56
6	0,023	Kg	Tomillo	4,57	0,11	Frasco	0,052	2,27
		<b>0,463</b>	<b>Peso Total receta</b>		<b>0,82</b>	<b>Costo de receta</b>		
<b>P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):</b>				<b>1,23</b>				
<b>Costo por kilo de elaboración</b>				<b>1,77</b>				



## Hoja 5 de Gramaje y Costos Pizza al Pesto: Salsa Pesto

 								
<b>Costos:</b>	<b>Pizza al Pesto</b>							
<b>Chef:</b>	Bryam Panama--Daniel Rojas							
<b>Tipo de Plato:</b>	Salsa Pesto	<b>Tamaño porción</b>	0,25					
<b>Costo por Plato:</b>	0,56	<b>Raciones:</b>	1					
Nº	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1		Kg	Albahaca	1,00	0,00	Funda	0,000	2,27
2	0,16	Kg	Queso parmesano	2,50	0,39	Funda	1,292	8,33
3	0,03	Kg	Pinones	0,00	0,00	N/A	0,000	0,00
4			Ajo					
5	0,00	Kg	Aceite de Oliva	7,00	0,03	Botella	0,024	5,88
6	0,00	0	Sal	0,90	0,00	Funda	0,000	25,00
	<b>0,19</b>	<b>Peso Total receta</b>			<b>0,42</b>	<b>Costo de receta</b>		
<b>P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):</b>				<b>1,68</b>				
<b>Costo por kilo de elaboración</b>				<b>2,25</b>				


## Hoja 6 de Gramaje y Costos Pizza al Pesto: Relleno

								
<b>Costos:</b>		<b>Pizza al Pesto</b>						
<b>Chef:</b>		Bryam Panama–Daniel Rojas						
<b>Tipo de Plato:</b>		Relleno	<b>Tamaño porción</b>	0,153				
<b>Costo por Plato:</b>		1,99	<b>Raciones:</b>	4				
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	0,150	Kg	Queso de Buffalo	12,34	1,85	Funda	0,200	1,33
2	0,100	Kg	Queso Mozzarella	14,70	1,47	Funda	0,100	1,00
3	0,050	Kg	Pimiento Amarillo	1,36	0,07	Funda	0,055	1,10
4	0,005	Kg	Sal	1,00	0,01	Funda	0,278	55,56
5	0,023	Kg	Oregano	4,23	0,10	Funda	0,082	3,57
6	0,075	Kg	Aceite de Oliva	15,78	1,18	Botella	0,188	2,50
7	0,022	Kg	Rucula	4,56	0,10	Funda	0,059	2,67
8	0,065	Kg	Champinones	7,78	0,51	Funda	0,065	1,00
9	0,075	Kg	Jamon Serrano	27,49	2,06	Funda	0,163	2,17
		<b>0,565</b>	<b>Peso Total receta</b>		<b>7,34</b>	<b>Costo de receta</b>		
<b>P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):</b>				<b>5,97</b>				
<b>Costo por kilo de elaboración</b>				<b>13,00</b>				


## Hoja 7 de Gramaje y Costo Sándwich Roast Beef: Masa

 								
<b>Costos:</b>		<b>Sandwich Roast Beef</b>						
<b>Chef:</b>		Bryam Panama--Daniel Rojas						
<b>Tipo de Plato:</b>		Masa	<b>Tamaño porción</b>				0,125	
<b>Costo por Plato:</b>		0,39	<b>Raciones:</b>				8	
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	0,500	Kg	Harina	1,23	0,62	Funda	2,000	4,00
2	0,015	Kg	Levadura	8,76	0,13	Funda	0,250	16,67
3	0,245	Kg	Agua	0,00	0,00	N/A	0,000	0,00
4	0,026	Kg	Aceite de Oliva	15,78	0,41	Botella	0,065	2,50
5	0,004	Kg	Sal	1,00	0,00	Funda	0,222	55,56
6	0,060	Kg	Huevo	2,50	0,15	Unidad	0,232	3,86
7	0,055	Kg	Mantequilla	13,47	0,74	Funda	0,220	4,00
8	0,060	Kg	Queso Parmesano	16,50	0,99	Funda	0,060	1,00
		<b>0,97</b>	<b>Peso Total receta</b>		<b>3,04</b>	<b>Costo de receta</b>		
<b>P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):</b>				<b>1,18</b>				



Ficha 8 Sándwich Roast Beef: Relent

 <span style="float: right;">www.sudamericano.edu.ec</span>								
<b>Costos:</b>		<b>Sandwich Roast Beef</b>						
<b>Chef:</b>		Bryam Panama–Daniel Rojas						
<b>Tipo de Plato:</b>		Relleno	<b>Tamaño porción</b>		0,125			
<b>Costo por Plato:</b>		1,31	<b>Raciones:</b>		3			
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	0,235	Kg	Roast beef	7,28	1,71	Funda	0,509	2,17
2	0,025	Und.	Lechuga Romana	2,23	0,06	Funda	0,097	3,87
3	0,100	Kg	Queso crema	20,70	2,07	Funda	0,143	1,43
4	0,026	Kg	Mantequilla	13,47	0,35	Funda	0,104	4,00
5	0,004	Kg	Sal	1,00	0,00	Funda	0,222	55,56
6	0,007	Kg	Ajo	3,25	0,02	Funda	0,015	2,20
7	0,010	Kg	limon	4,53	0,05	Funda	0,014	1,43
		<b>0,407</b>	<b>Peso Total receta</b>		<b>4,26</b>	<b>Costo de receta</b>		
<b>P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):</b>				<b>3,92</b>				
<b>Costo por kilo de elaboración</b>				<b>10,46</b>				

Ficha 9 Sándwich Roast Beef: Salsa de Ajo

 <span style="float: right;">www.sudamericano.edu.ec</span>								
<b>Costos:</b>		<b>Sandwich Roast Beef</b>						
<b>Chef:</b>			Bryam Panama–Daniel Rojas					
<b>Tipo de Plato:</b>			Salsa de Ajo	<b>Tamaño porción</b>		0,105		
<b>Costo por Plato:</b>			0,67	<b>Raciones:</b>		3		
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	0,155	Kg	Ajo	3,25	0,50	Funda	0,341	2,20
2	0,060	Und.	Huevo	2,50	0,15	Funda	0,232	3,86
3	0,086	Ml	Aceite de Oliva	15,78	1,36	Botella	0,215	2,50
4	0,026	Kg	Limon	4,53	0,12	Funda	0,037	1,43
5	0,011	Kg	Sal	1,00	0,01	Funda	0,611	55,56
6	0,008	Kg	Pimienta	12,76	0,10	Funda	0,200	25,00
7	0,007	Kg	Culantro	3,33	0,02	Funda	0,027	3,90
		<b>0,35</b>	<b>Peso Total receta</b>		<b>2,27</b>	<b>Costo de receta</b>		
<b>P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):</b>				<b>2,02</b>				
<b>Costo por kilo de elaboración</b>				<b>6,42</b>				

## Ficha 10 Bolón Mixto: Masa

 								
<b>Costos:</b>		<b>Bolon Mixto</b>						
<b>Chef:</b>		Bryam Panama--Daniel Rojas						
<b>Tipo de Plato:</b>		Masa	<b>Tamaño porción</b>		0,075			
<b>Costo por Plato:</b>		0,42	<b>Raciones:</b>		13			
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	0,425	Kg	Platano Verde	1,35	0,57	Funda	0,000	
2	0,050	Kg	Mantequilla	13,47	0,67	Funda	0,000	
3	0,035	l	Aceite de Oliva	15,78	0,55	Botella	0,000	
4	0,036	Kg	Comino	12,20	0,44	Funda	0,000	
5	0,015	Kg	Sal	1,00	0,02	Funda	0,000	
6	0,200	Kg	Queso	14,70	2,94	Funda	0,000	
7	0,200	Kg	Chicharron	0,90	0,18	Funda	0,000	
		<b>0,96</b>	<b>Peso Total receta</b>		<b>5,37</b>	<b>Costo de receta</b>		
<b>P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):</b>				<b>1,26</b>				
<b>Costo por kilo de elaboración</b>				<b>5,59</b>				

Ficha 11 Bolón Mixto: Salsa de Queso

 									
<b>Costos:</b>		<b>BOLON MIXTO</b>							
<b>Chef:</b>		Bryam Panama--Daniel Rojas							
<b>Tipo de Plato:</b>		Salsa de queso	<b>Tamaño porción</b>		0,093				
<b>Costo por Plato:</b>		1,23	<b>Raciones:</b>		4				
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	0,200	0	Crema de Leche	13,23	2,65	Funda	0,217	1,09	
2	0,125	Und.	Queso Edem	13,57	1,70	Funda	0,156	1,25	
3	0,010	Kg	Sal	1,00	0,01	N/A	0,556	55,56	
4	0,026	Kg	Aceite de Oliva	15,78	0,41	Botella	0,065	2,50	
		0,36	<b>Peso Total receta</b>		4,76	<b>Costo de receta</b>			
<b>P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):</b>				3,68					
<b>Costo por kilo de elaboración</b>				13,19					

### 5.1.3.3 Cuadro de las principales materias primas utilizadas

En este cuadro damos a conocer detalladamente los ingredientes en mayor porcentaje de desperdicio, teniendo en cuenta que estos productos son desperdiciados o donados, a través de nuestro material visual y fotográfico estos productos pueden ser usados para una correcta elaboración de productos previamente cocinados.

LEGUMBRES	FRUTAS	CARNICOS	LACTEOS
ROMANESCO	AGUACATE	LOMO BAJO DE RES	QUESO PARMESSANO
CEBOLLA	LIMON	CARNE DE CERDO	CREMA DE LECHE
LECHUGA CRESPA		JAMON SERRANO	QUESO MOZARELLA
LECHUGA ROMANA		PECHUGA DE POLLO	QUESO DE EDEM
CHAMPIÑONES		TOCINO	QUESO CREMA
CULANTRO		CAMARONES	QUESO DE BUFALO
PIMIENTO AMARILLO		ALBACORA	MANTEQUILLA
PEREJIL			LECHE
TOMATES			
PLATANO VERDE			
BROTOS DE CEBOLLA			
RUCULA			
PIMIENTO VERDE			
PIMIENTO ROJO			
BERENJENA			
ALBAHACA			

#### 5.1.3.4 Cuadro de técnicas y métodos gastronómicos aplicados

En el presente cuadro damos a conocer minuciosamente los, (productos, cortes, cocción y temperaturas), teniendo en cuenta que estos productos son desperdiciados o donados, a través de nuestro material visual y fotográfico estos productos pueden ser usados para una correcta elaboración de productos previamente cocinados.

En el siguiente cuadro hemos detallado los productos más importantes para su reutilización, debido a que no hubo la venta correcta durante el tiempo que estuvo en la percha (pollo, berenjena, masa (pizza), lomo bajo de res, plátano verde, salsa (bolón), albacora, camarones (salsa).

<b>PRODUCTO</b>	<b>CORTES</b>	<b>COCCION</b>	<b>TEMPERATURA</b>
POLLO	CUBOS	SALTEADO	175 (°C)
BEREJENA	N/A	HORNO	85 (°C)
MASA (PIZZA)	N/A	HORNO	170 (°C)
LOMO BAJO DE RES	SLICES	SELLADO/ HORNO	175 (°C)
PLATANO VERDE	N/A	EBULLICION	100 (°C)
SALSA (BOLON)	N/A	EMULCION	55 (°C)
ALBACORA	CUBOS	FRITURA PROFUNDA	180 (°C)
CAMARONES (SALSA)	N/A	EMULCION	65 (°C)

## CONCLUSIONES

Los resultados encontrados con la investigación, han podido comprobar los objetivos:

- Se elaboró una guía de procesos para la conservación y reutilización de los residuos en el Supermaxi.
- Se validó la guía dando a conocer a los empleados y directivos la misma, y demostrando lo que se puede hacer con los desechos que botan todos los días.
- Se ha procedido a la elaboración de los breaks con productos que se hubieran desechado.
- Se demostró a los empleados que se debe realizar un mejor manejo y reciclaje de los productos perecibles del Supermaxi.
- Los 5 breaks elaborados fueron de agrado de los empleados y directivos del Supermaxi.
- La guía elaborada podrá servir como un inico para que desde la misma, elaboren más platos para su consumo.
- La guía fomenta el consumo y reciclaje de productos perecibles que por diversas causas son desechados..


## RECOMENDACIONES

- Que sigan probando con platos diferentes para evitar la rutina.
- Que los administrativos del Supermaxi, den capacitaciones continuas en pro de un mejor manejo de los productos perecibles.
- Que el reciclaje constituya una política de trabajo.
- Formar comisiones dentro de la empresa para colaborar en el reciclaje y elaboración de los platos descritos en la guía.
- Capacitar a los empleados sobre la manera de manipular los productos y, así, evitar el desperdicio de los mismos.
- Que los directivos, den charlas orientadoras sobre diferentes recetas de cocina que se pueden realizar a partir de diversos productos que se dañan con facilidad.
- Incentivar la reutilización de productos, con el fin de colaborar con el medio ambiente evitando la contaminación por residuos.
- Hacer uso de la presente guía de procesos para la conservación y reutilización de residuos en el Supermaxi.



## ANEXOS

## Anexo 1: encuesta trabajadores Supermaxi Cuenca

	
Encuesta de validación de la guía de procesos de cocina aplicado en cinco nuevos breaks para la cocina del personal de Supermaxi Cuenca	
Grupo conformado por: Bryan Panamá, Daniel Rojas	
Buenas tardes agradecemos tu participación para la validación de la guía que fue presentada, posterior a este curso de capacitación de la guía, pedimos de favor responder las siguientes preguntas.	
Nombre: <i>Alessandro</i>	Fecha: .....
1) Cree que esta guía sea aplicable para su cotidianidad de su trabajo	
SI. <input checked="" type="checkbox"/>	
NO <input type="checkbox"/>	
PORQUE. <i>Util. mejor maneja de productos</i>	
2) En una escala del 1 al 4 que tan entendible es la guía par el personal del supermaxi	
1) Muy entendible <input checked="" type="checkbox"/>	
2) Entendible <input type="checkbox"/>	
3) Poco entendible <input type="checkbox"/>	
4) Nada entendible <input type="checkbox"/>	
Porque.....	
3) ¿Qué tan satisfecho se encuentra con la información proporcionada de la guía?	
Muy satisfecho <input checked="" type="checkbox"/>	
Satisfecho <input type="checkbox"/>	
Poco satisfecho. <input type="checkbox"/>	
Nada satisfecho. <input type="checkbox"/>	
4) Has utilizado alguno proceso descrito en esta guía.	
Utilizo siempre si. <input checked="" type="checkbox"/>	
Utilizo a veces <input type="checkbox"/>	
Utilizo comúnmente <input type="checkbox"/>	
No utilizo. <input type="checkbox"/>	
Porque.....	
5) Hay algo positivo que puede acotar a nuestra guía a su vida diaria en su trabajo	
1) .....	
2) .....	
3) .....	

## Anexo 2: encuesta trabajadores Supermaxi Cuenca

<b>6) Los productos presentados en la degustación califiquen del 1 al 5 que tal le pareció</b>	
1 Pampita de pollo	(5)
2 Pizza al pesto	(4)
3 Sandwich roast beef	(4)
4 Bolon mixto.	(5)
5 Corviche.	(4)
<b>7) De las formas que se aprovecho el producto que tan buena fue su experiencia</b>	
Bueno.	(X)
Malo	( )
Irregular	( )
<b>8) Disfruto de la capacitacion de nuestra guia, explique por que</b>	
Es interesante ya que permite conocer un mejor manejo de materiales y BPM.	
<b>9) Considera usted que la calidad del producto esta bien aplicado</b>	
1	( )
2	( )
3	( )
4	( )
5	( )
Porque	.....
<b>10) ¿Hay algo que no esta en nuestra guía y que te gustaría que estuviese?</b>	
SI	(X)
NO	( )
PORQUE Manera de mantener la cadena de congelación. etc.	
<b>Gracias por su atencion y colaboracion.</b>	

## Anexo 3: encuesta trabajadores Supermaxi Cuenca

**INSTITUTO DE TÉCNICOS SUPERIORES SUDAMERICANO**

**Encuesta de validación de la guía de procesos de cocina aplicado en cinco nuevos breaks para la cocina del personal de Supermaxi Cuenca**

**Grupo conformado por:** Bryan Panamá, Daniel Rojas

Buenas tardes agradecemos tu participación para la validación de la guía que fue presentada, posterior a este curso de capacitación de la guía, pedimos de favor responder las siguientes preguntas.

Nombre: *Paola Oraguen* ..... Fecha: *1 de agosto*

**1) Cree que esta guía sea aplicable para su cotidianidad de su trabajo**

SI.  (X)

NO  ( )

PORQUE.....

**2) En una escala del 1 al 4 que tan entendible es la guía par el personal del supermaxi**

1) Muy entendible  ( )

2) Entendible  (X)

3) Poco entendible  ( )

4) Nada entendible  ( )

Porque.....

**3) ¿Qué tan satisfecho se encuentra con la informacion proporcionada de la guia?**

Muy satisfecho  (X)

Satisfecho  ( )

Poco satisfecho.  ( )

Nada satisfecho.  ( )

**4) Has utilizado alguno proceso descrito en esta guía.**

Utilizo siempre si.  (X)

Utilizo a veces  ( )

Utilizo comúnmente  ( )

No utilizo.  ( )

Porque.....

**5) Hay algo positivo que puede acotar a nuestra guia a su vida diaria en su trabajo**

1) *Congelacion de productos*.....

2).....

3).....

## Anexo 4: encuesta trabajadores Supermaxi Cuenca

6) Los productos presentados en la degustación califiquen del 1 al 5 que tal le pareció

1 Pampita de pollo	(5)
2 Pizza al pesto	(4)
3 Sandwich roast beef	(4)
4 Bolon mixto.	(5)
5 Corviche.	(5)

7) De las formas que se aprovecho el producto que tan buena fue su experiencia

Bueno. (x)

Malo ( )

Irregular ( )

8) Disfruto de la capacitacion de nuestra guía, explique por que

..SI...lo...disfrute...por...que...me...sirvió...a...hora...en...cuenta...muchas...  
 ..parametros...que...la...ignoraba.....

9) Considera usted que la calidad del producto esta bien aplicado

1 ( )

2 ( )

3 ( )

4 (x)

5 ( )

Porque.....

10) ¿Hay algo que no esta en nuestra guía y que te gustaría que estuviese?

SI. ( )

NO (x)

PORQUE.....

Gracias por su atencion y colaboracion.

## Anexo 5: encuesta trabajadores Supermaxi Cuenca

**SUDAMERICANO**

Encuesta de validación de la guía de procesos de cocina aplicado en cinco nuevos breaks para la cocina del personal de Supermaxi Cuenca

Grupo conformado por: Bryan Panamá, Daniel Rojas

Buenas tardes agradecemos tu participación para la validación de la guía que fue presentada, posterior a este curso de capacitación de la guía, pedimos de favor responder las siguientes preguntas.

Nombre:..... Fecha.....

1) Cree que esta guía sea aplicable para su cotidianidad de su trabajo

SI.  (✓)

NO  ( )

PORQUE.....

2) En una escala del 1 al 4 que tan entendible es la guía par el personal del supermaxi

1) Muy entendible  (✓)

2) Entendible  ( )

3) Poco entendible  ( )

4) Nada entendible  ( )

Porque.....

3) ¿Qué tan satisfecho se encuentra con la información proporcionada de la guía?

Muy satisfecho  (✓)

Satisfecho  ( )

Poco satisfecho.  ( )

Nada satisfecho.  ( )

4) Has utilizado alguno proceso descrito en esta guía.

Utilizo siempre si.  (✓)

Utilizo a veces  ( )

Utilizo comúnmente  ( )

No utilizo.  ( )

Porque.....

5) Hay algo positivo que puede acotar a nuestra guía a su vida diaria en su trabajo

1) El Buen uso de los desechos.

2) .....

3) .....

## Anexo 6: encuesta trabajadores Supermaxi Cuenca

**INSTITUTO DE INVESTIGACIONES CIENTÍFICAS SUDAMERICANO**

Encuesta de validación de la guía guía de procesos de cocina aplicado en cinco nuevos breaks para la cocina del personal de Supermaxi Cuenca

Grupo conformado por: Bryan Panamá, Daniel Rojas

Buenas tardes agradecemos tu participación para la validación de la guía que fue presentada, posterior a este curso de capacitación de la guía, pedimos de favor responder las siguientes preguntas.

Nombre: Samantha Penafiel Fecha: 01/08/2022

1) Cree que esta guía sea aplicable para su cotidianidad de su trabajo

SI  (x)

NO  ( )

PORQUE.....

2) En una escala del 1 al 4 que tan entendible es la guía par el personal del supermaxi

1) Muy entendible  (4)

2) Entendible  ( )

3) Poco entendible  ( )

4) Nada entendible  ( )

Porque.....

3) ¿Qué tan satisfecho se encuentra con la información proporcionada de la guía?

Muy satisfecho  (x)

Satisfecho  ( )

Poco satisfecho.  ( )

Nada satisfecho.  ( )

4) Has utilizado alguno proceso descrito en esta guía.

Utilizo siempre si.  ( )

Utilizo a veces  (x)

Utilizo comúnmente  ( )

No utilizo.  ( )

Porque... Falta de conocimiento

5) Hay algo positivo que puede acotar a nuestra guía a su vida diaria en su trabajo

1) Uso de recetas

2) Manejo de los productos

3) .....

## Anexo 7: encuesta trabajadores Supermaxi Cuenca

6) Los productos presentados en la degustación califiquen del 1 al 5 que tal le pareció

1 Pampita de pollo ( )

2 Pizza al pesto ( )

3 Sandwich roast beef ( )

4 Bolon mixto. ( )

5 Corviche.

7) De las formas que se aprovecho el producto que tan buena fue su experiencia

Bueno.

Malo ( )

Irregular ( )

8) Disfruto de la capacitacion de nuestra guia, explique por que

*temas... especificos...*

9) Considera usted que la calidad del producto esta bien aplicado

1

2 ( )

3 ( )

4 ( )

5

Porque... *Bueno... Constante...*

10) ¿Hay algo que no esta en nuestra guía y que te gustaría que estuviese?

SI.

NO ( )

PORQUE... *Mas detalle de BPM.*

Gracias por su atencion y colaboracion.

## Anexo 8: encuesta trabajadores Supermaxi Cuenca

6) Los productos presentados en la degustación califiquen del 1 al 5 que tal le pareció

1 Pampita de pollo (5)

2 Pizza al pesto (5)

3 Sandwich roast beef (5)

4 Bolon mixto. (5)

5 Corviche. (5)

7) De las formas que se aprovecho el producto que tan buena fue su experiencia

Bueno. (x)

Malo ( )

Irregular ( )

8) Disfruto de la capacitacion de nuestra guia, explique por que

.....  
 Estuvo bien explicado y con contenido variado.....  
 .....

9) Considera usted que la calidad del producto esta bien aplicado

1 ( )

2 ( )

3 ( )

4 ( )

5 (x)

Porque... Se puede sentir en los sabores.....  
 .....

10) ¿Hay algo que no esta en nuestra guía y que te gustaría que estuviese?

SI. ( )

NO (x)

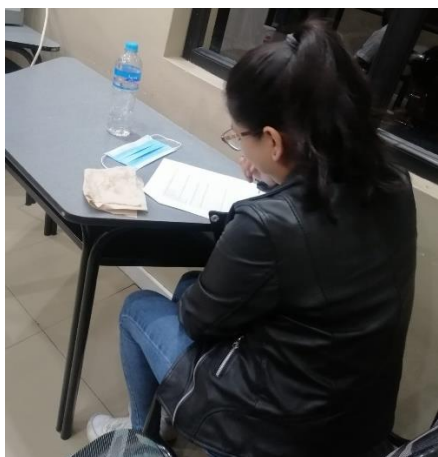
PORQUE.....  
 .....

Gracias por su atencion y colaboracion.

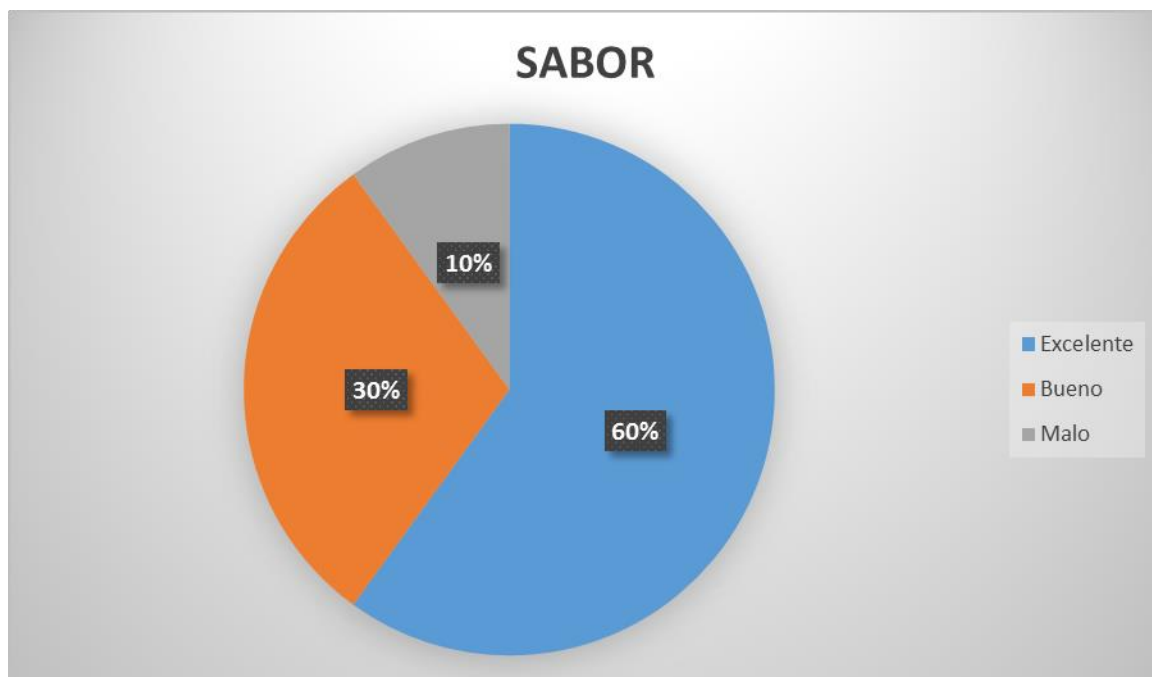
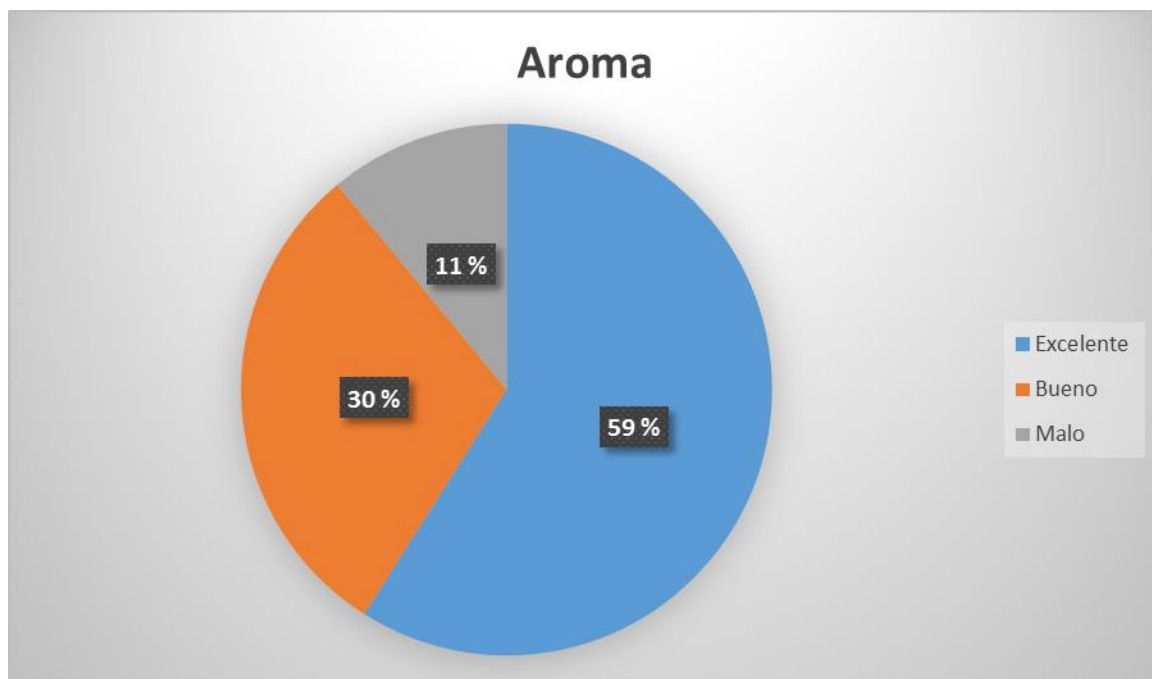
Anexo 9: Exposición de la Guía

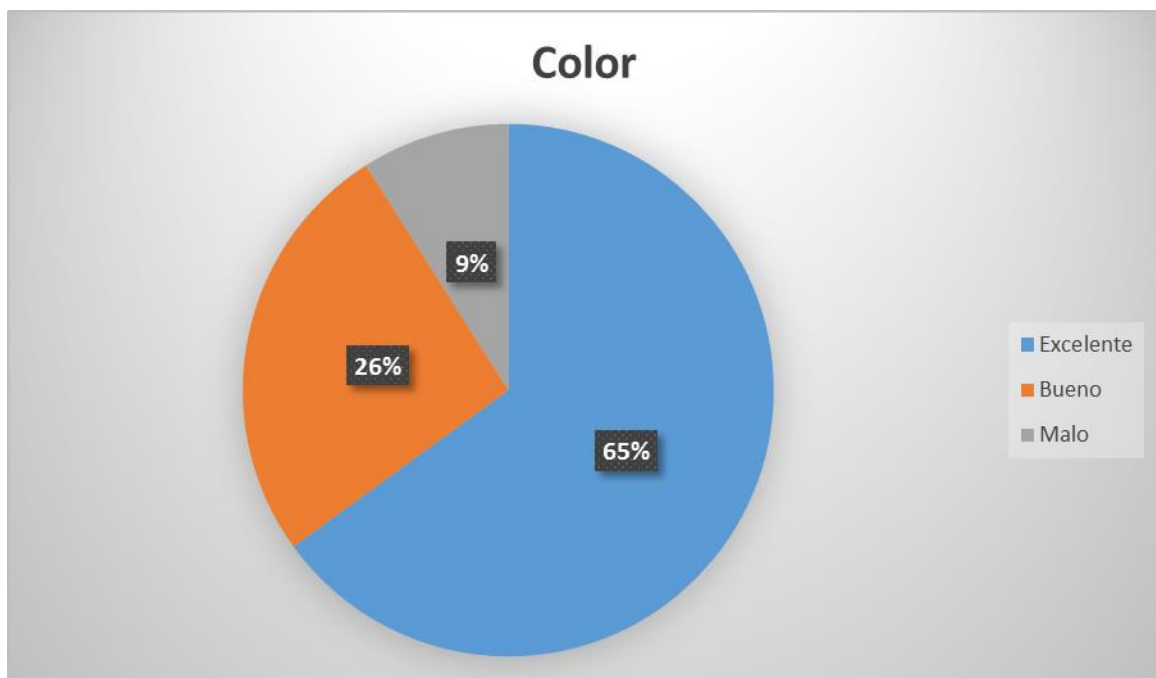
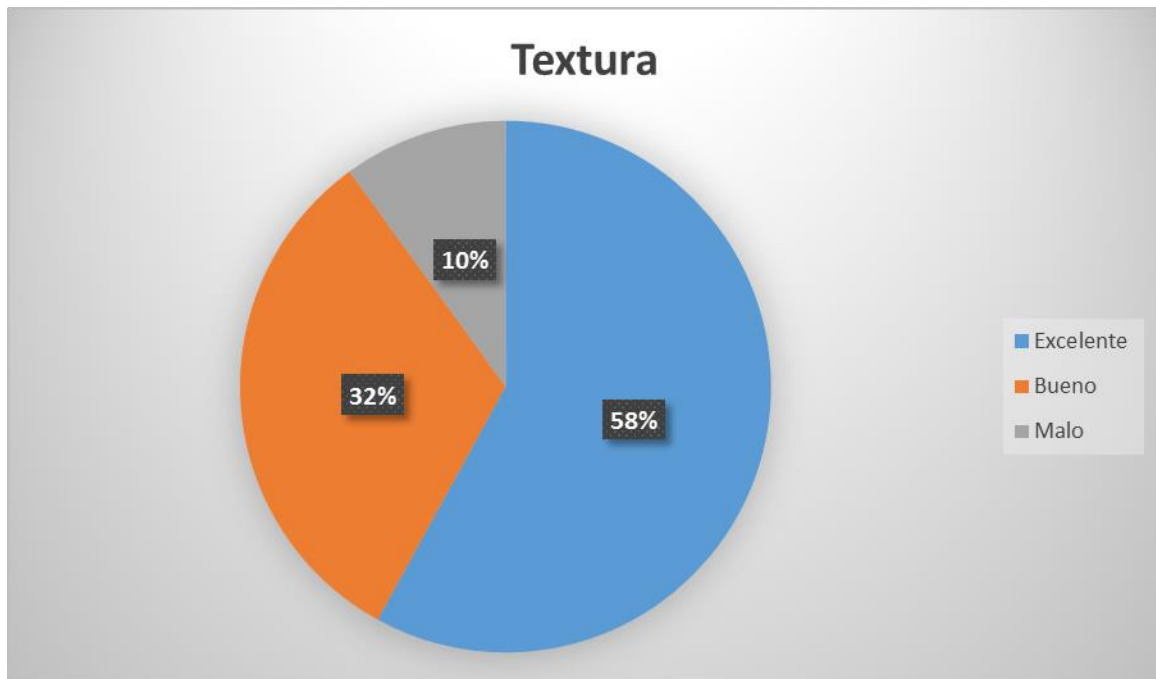


*Anexo 10: Encuesta y degustación*

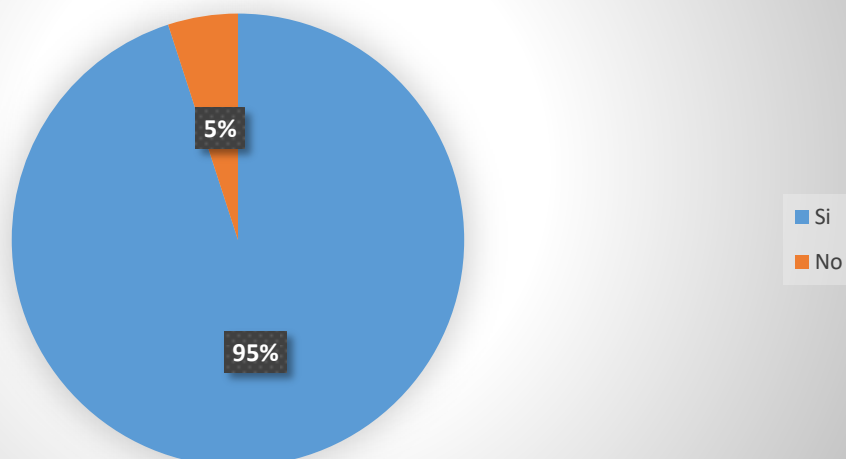


*Anexo 1: Aceptación de la Pan pita de Pollo.*

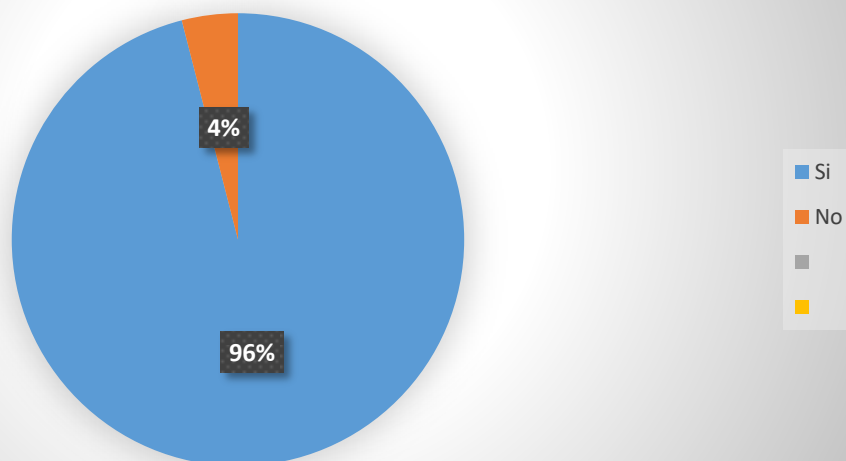




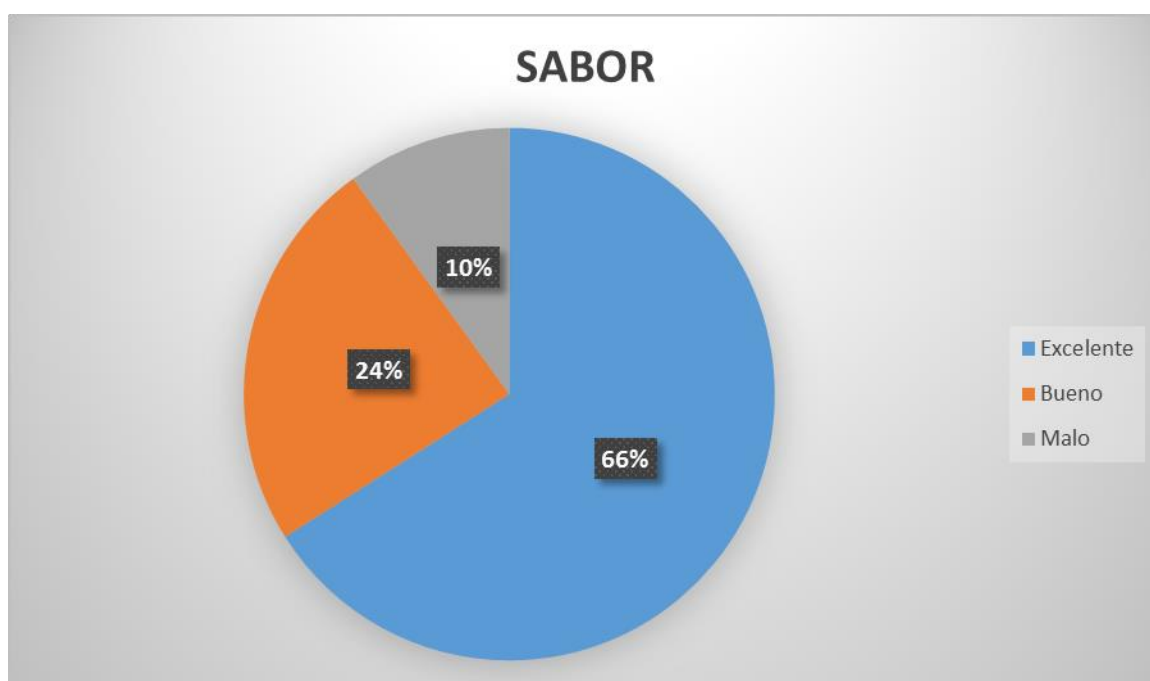
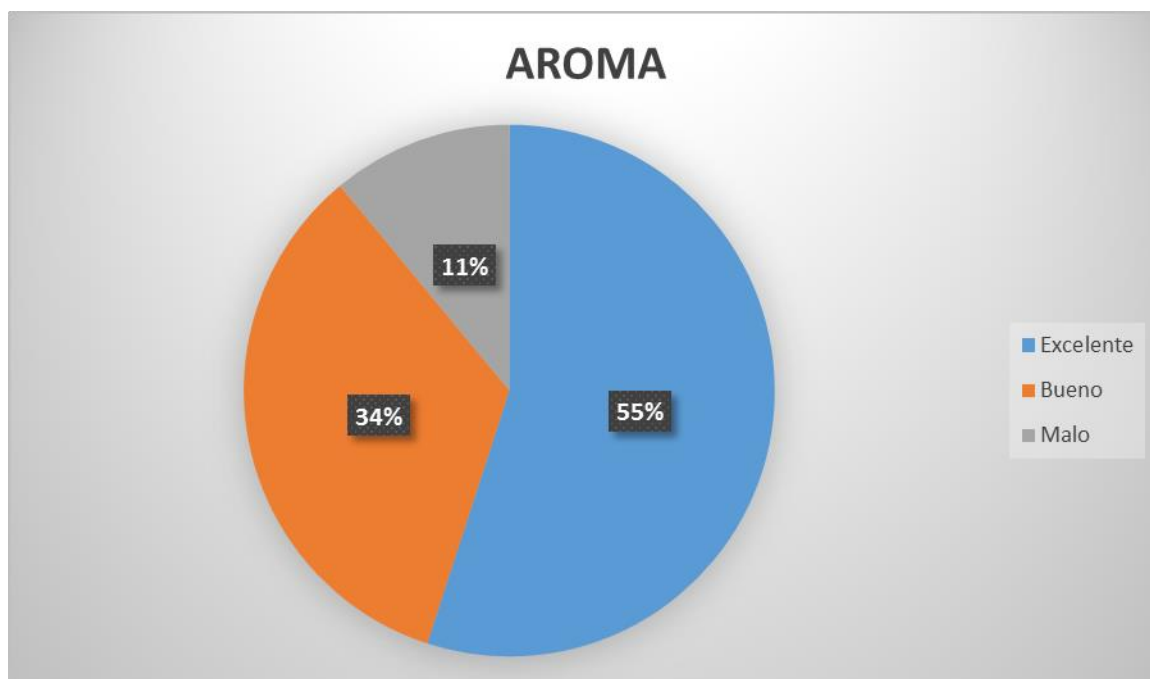
**¿CONSIDERARIA USTED QUE LA CALIDAD DEL PRODUCTO ES EL ADECUADO ?**



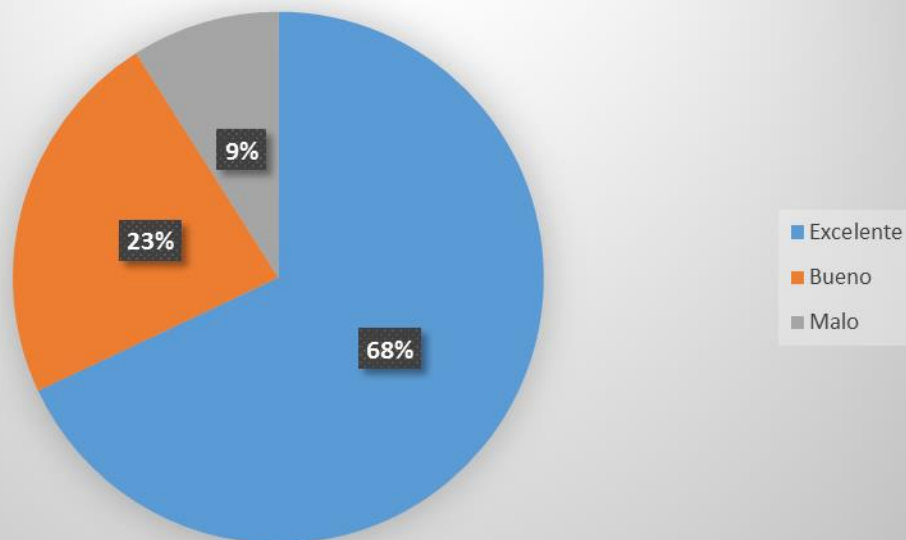
**¿UTILIZARIAS ESTOS PRUDUCTOS EN SUS ELABORACIONES?**



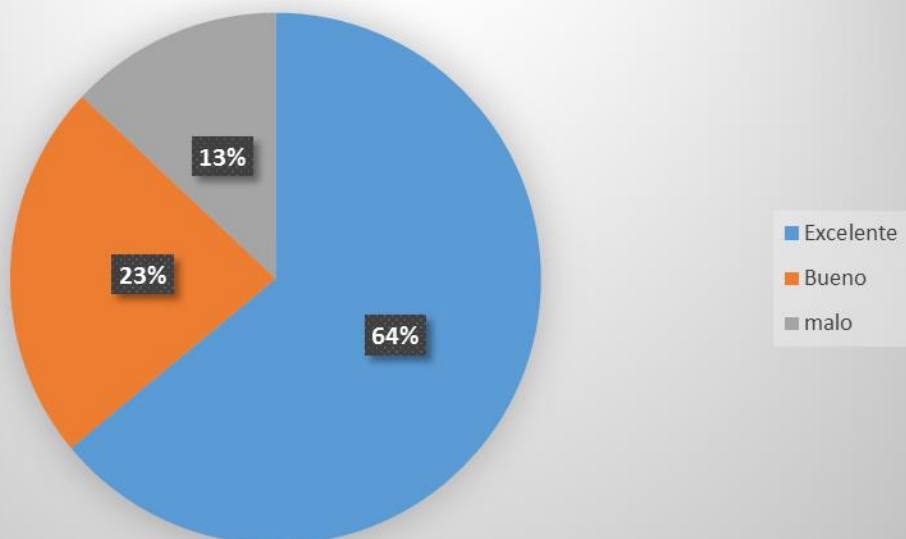
Anexo 2: Aceptación de la Pizza al Pesto.



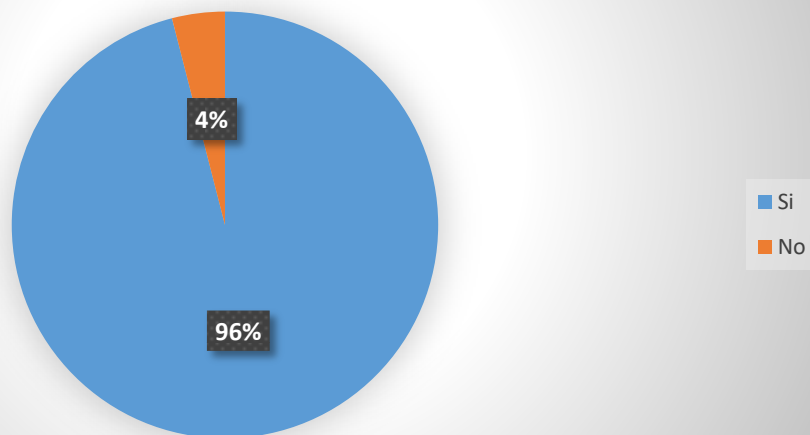
## TEXTURA



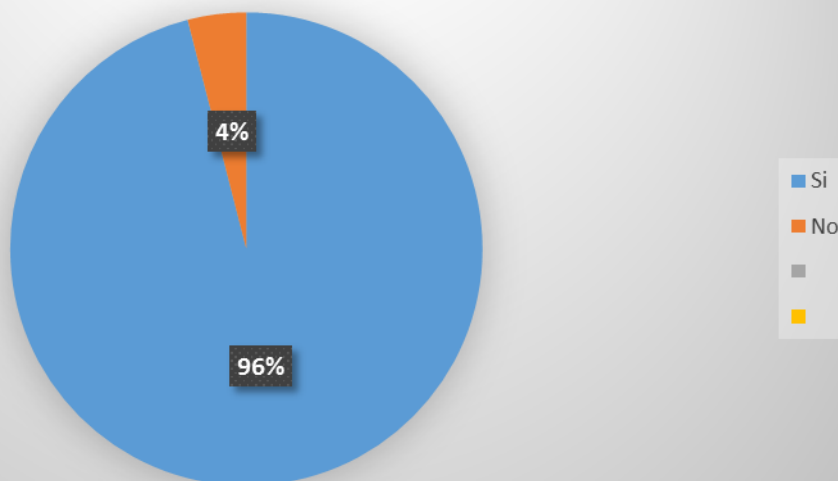
## Color

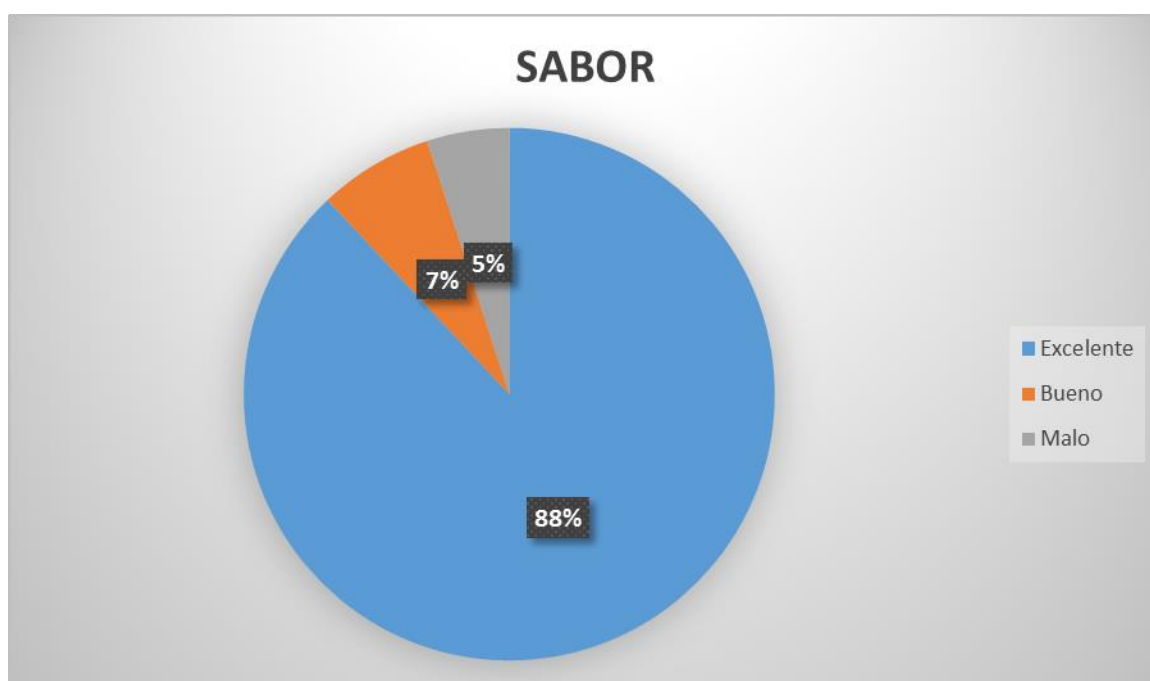
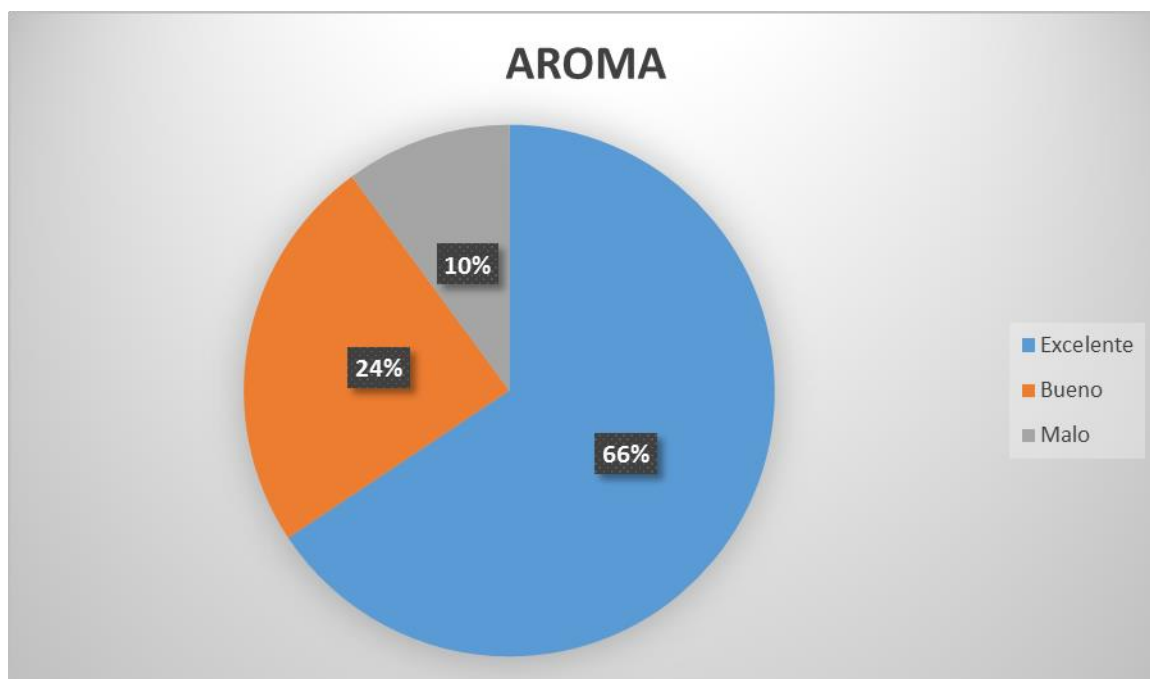


### ¿LAS ELABORACIÓN CUMPLE CON LAS CARACTERÍSTICAS ADECUADAS?

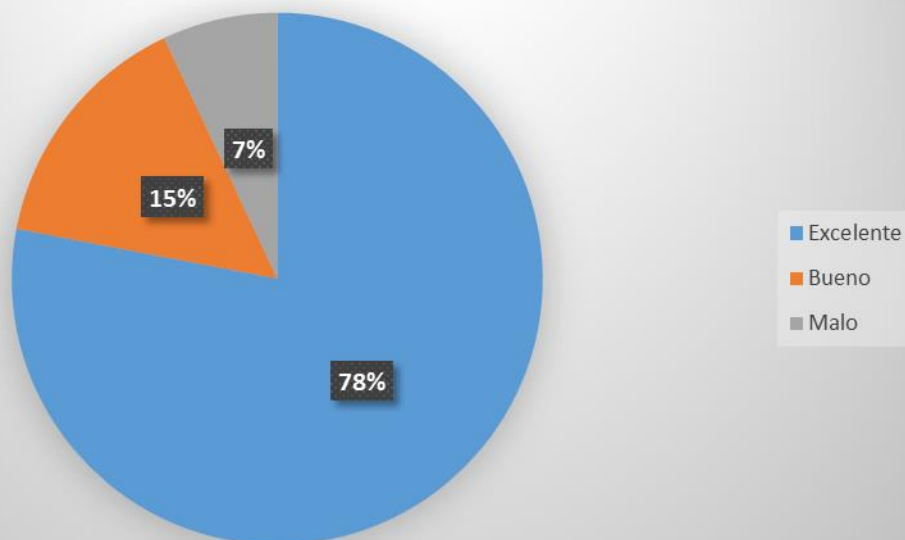


### 6.- ¿LOS PRODUCTO UTILIZADO COMO BASE INFLUYÓ EN EL RESULTADO FINAL?

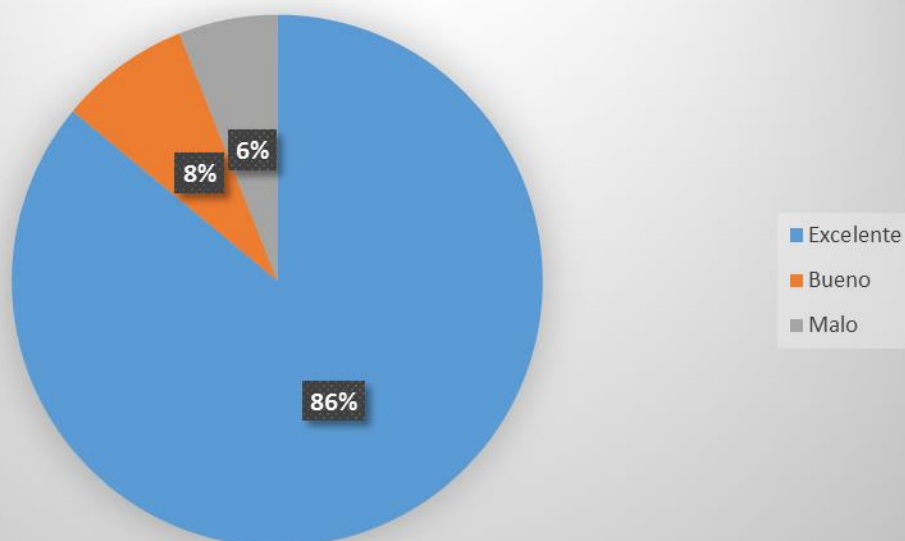


*Anexo 3: Aceptación del Sándwich Roast Beef*

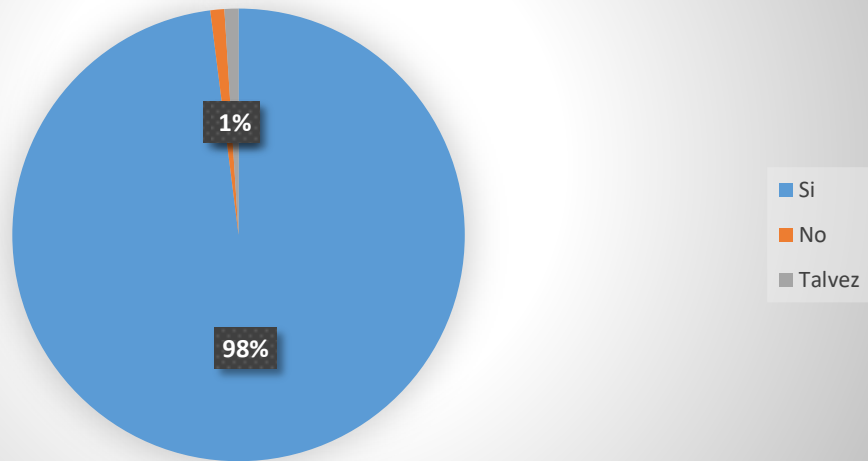
## TEXTURA



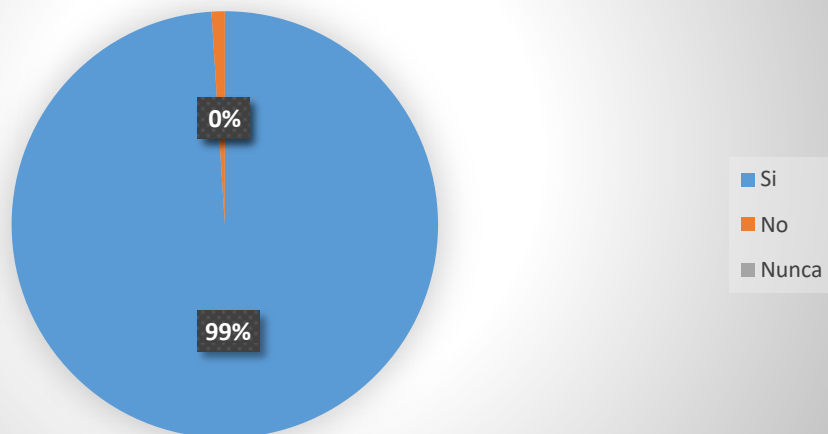
## COLOR

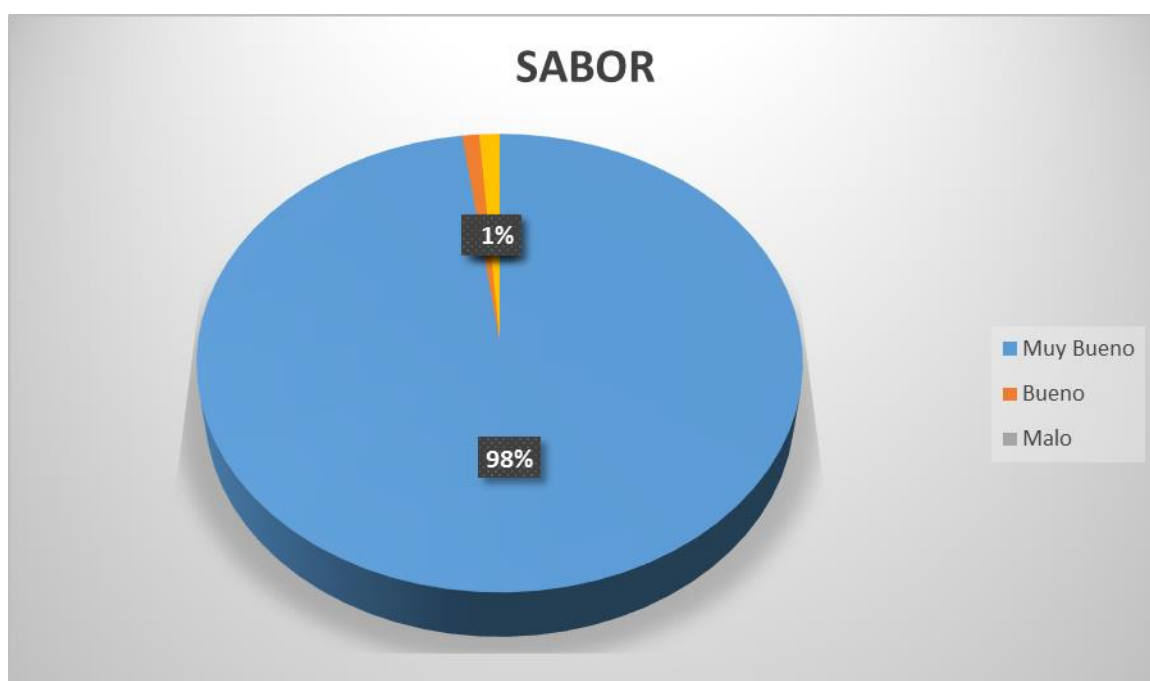
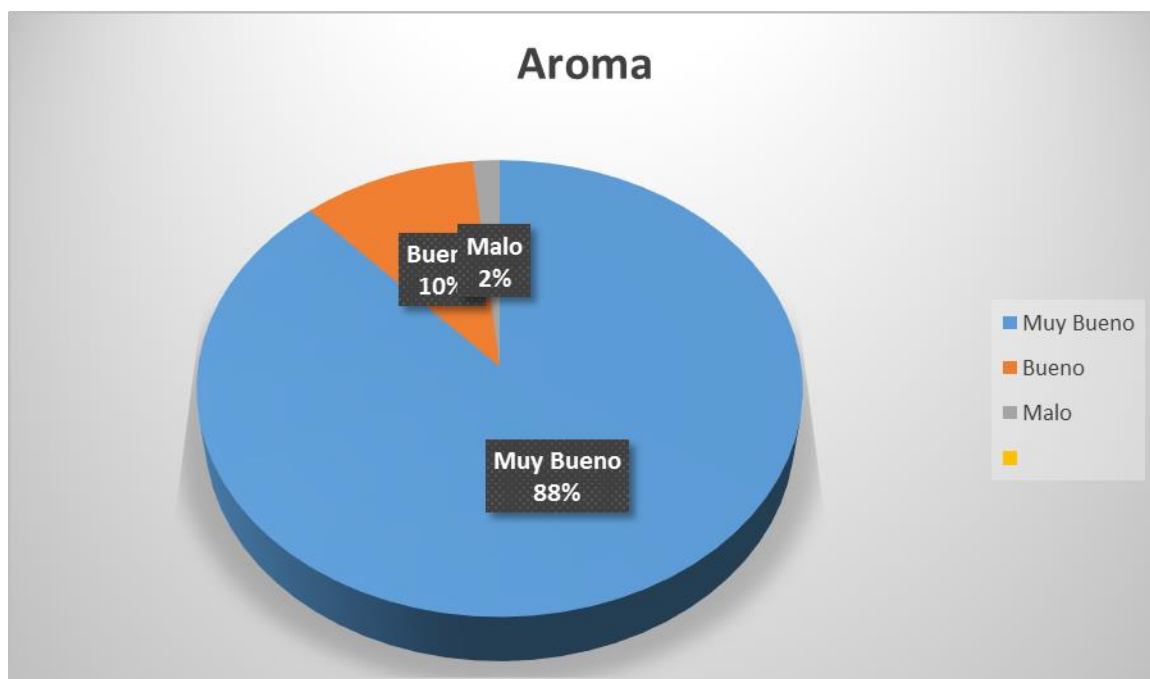


**¿CONSIDERA USTED QUE LOS PRODUCTO SON  
LOS ADECUADOS?**

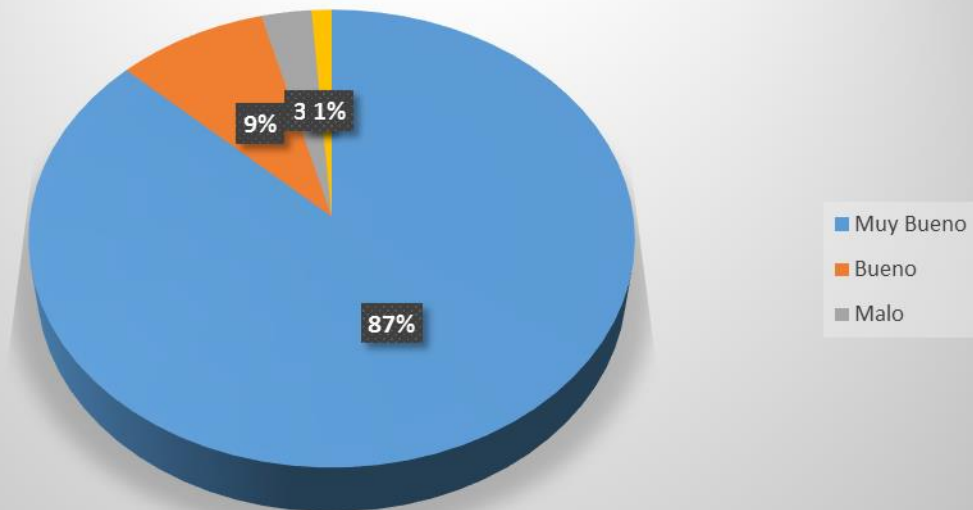


**¿UTILIZARÍA ESTAS PREPARACIONES EN SUS  
LUGARES DE TRABAJO?**

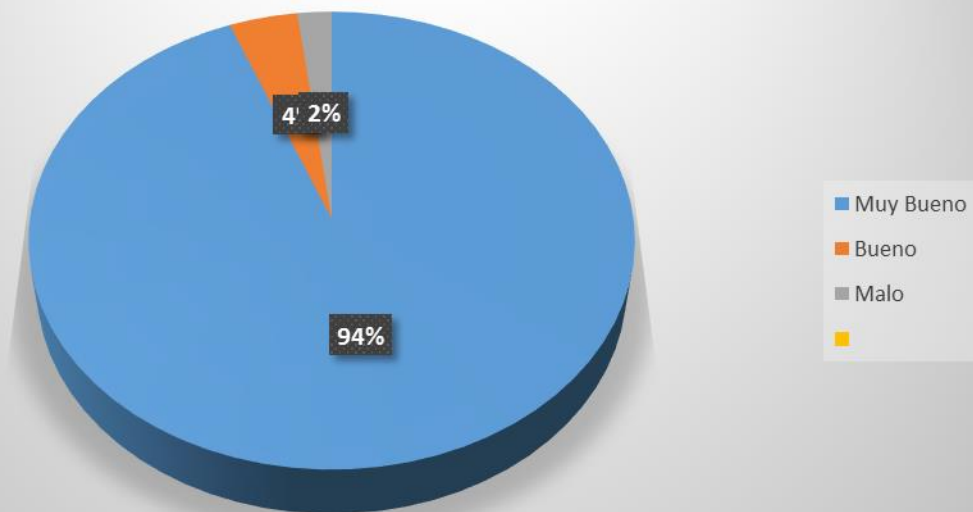


*Anexo 4: Aceptación del Bolón Mixto*

## TEXTURA

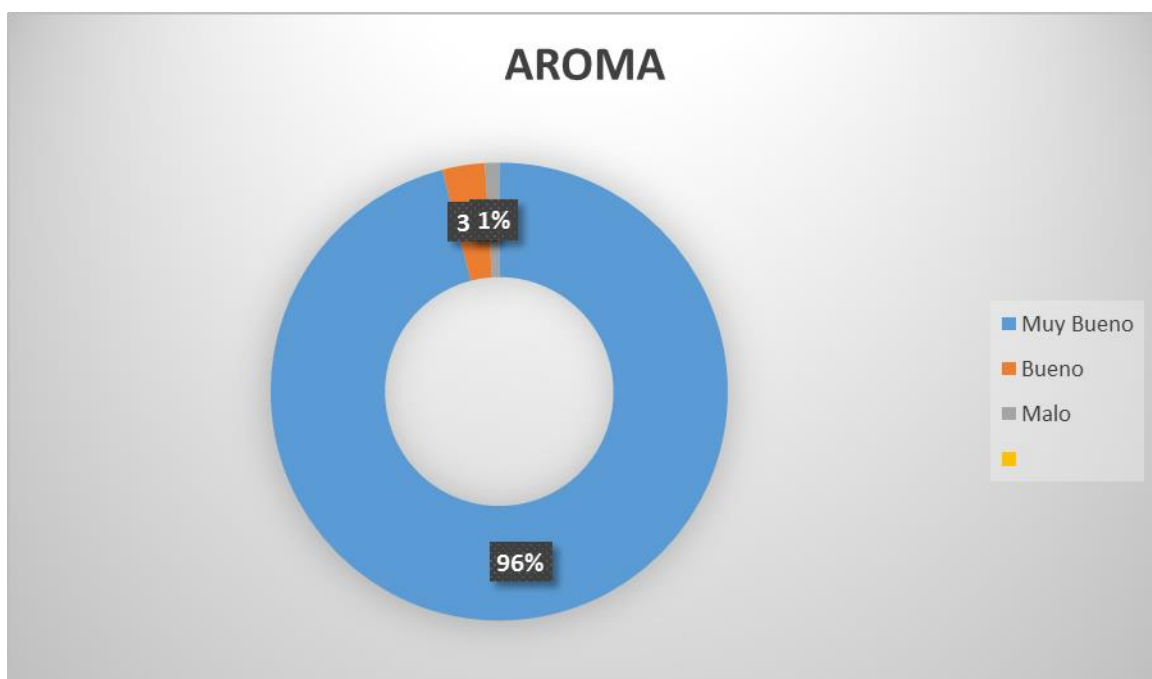


## COLOR

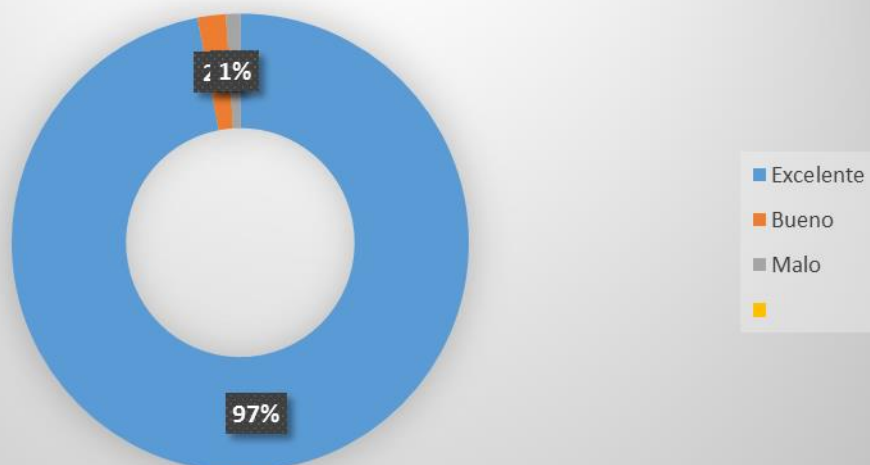




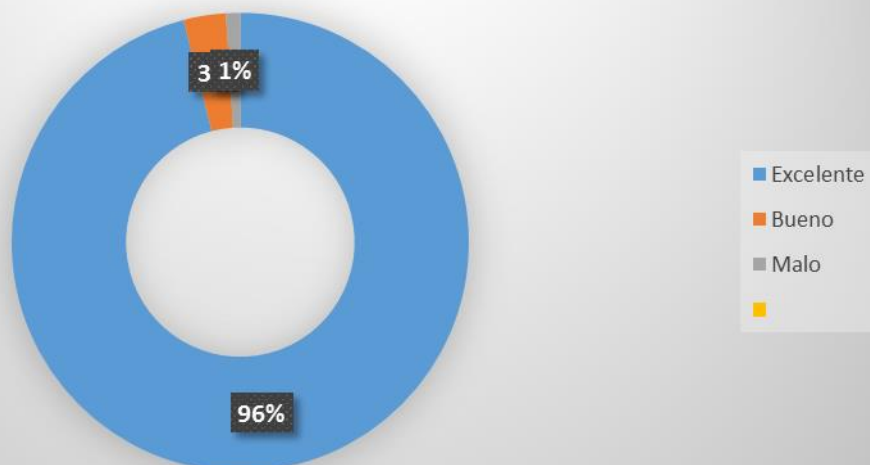
#### Anexo 5: Aceptación del Corviche

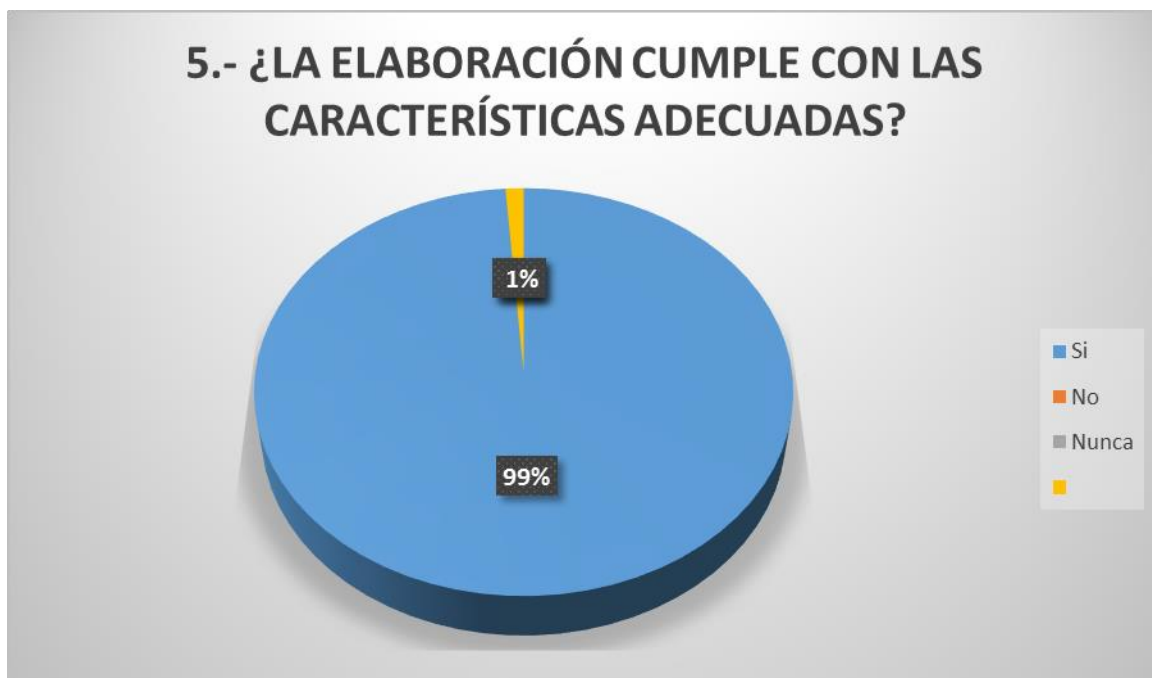
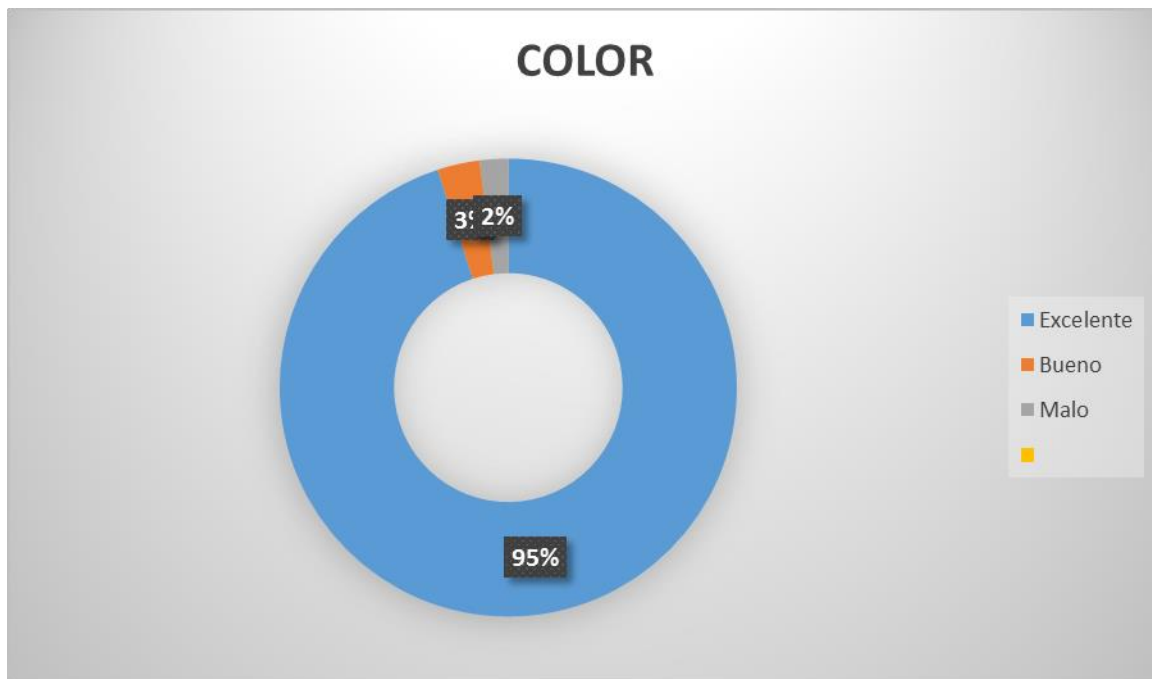


## SABOR

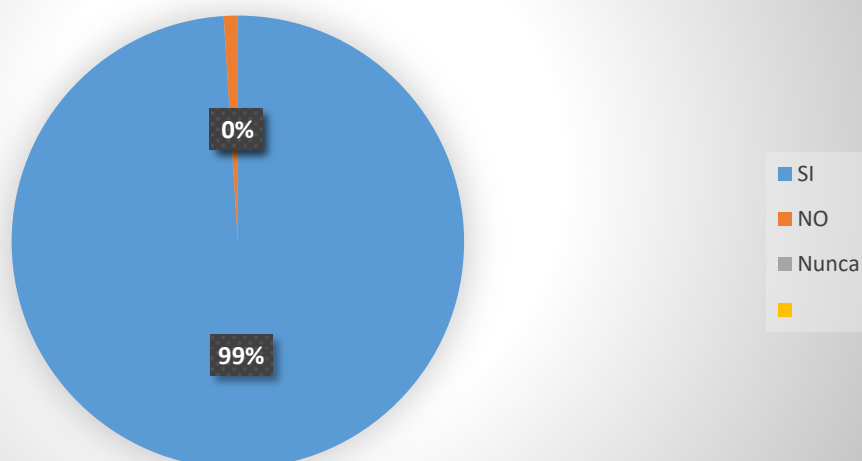


## TEXTURA





## ¿RECOMENDARIA LAS PREPARACIONES A OTROS LOCALES?



## BIBLIOGRAFÍA - WEBGRAFÍA

- Álvarez, M. (s.f). *Que es un manual*. Recuperado de Enciclopedia del Ecuador:  
<http://www.enciclopedia.com/manual de procesos/http/>
- Amagua, C. (11 de 4 de 2016). *BPM (Buenas Prácticas de Manufactura)*:  
<https://www.principiosbasicosdebpm.com/actualidad/.html>
- Anaya, P. (7 de 14 de 2018). *Higiene personal*. Recuperado de  
<https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/32444/3/Trabajo%20de%20titulaci%C3%B3n.pdf> 124
- Apango, A. (s.f.). *Prevención de accidentes de trabajo en la industria alimentaria*.  
<http://www.ciap.org.ar/Sitio/Archivos/Elaboracion%20de%20productos%20carnicos.pdf>
- Armendariz, P. (2017). *Prácticas de higiene personal en restaurantes*. Recuperado de  
<https://higienedenuestrosalimentos.ac.uk/pdf/82245762.pdf>
- Armendariz, P. (2017). *Manual de capacitación sobre la higiene personal* Universidad de Salamanca. Recuperado de  
<https://manualhigiene.wordpress.com/2015/05/conceptos.pdf>
- Barreiro, J. (27 de 10 de 2006). *Refrigeración de los alimentos*. Recuperado de  
<https://jordivilajosana.com/2006/27/10/>
- Barros, E. (2011). “*Estudios preliminares para la implementación de métodos de almacenamiento y de conservación de alimentos en buques en altamar*”. Obtenido de:  
[http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/13016/1/59976\\_1.pdf](http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/13016/1/59976_1.pdf)
- Bellon-Fontaine. (2002). *google académico limpieza en restaurantes*. Recuperado de  
<https://concepto.de/chefs europa/.es>
- Bellon-Fontaine, (2002). *Limpieza en las áreas de trabajo*. Recuperado de:  
<https://www.microorganismos.com/noticias/2020/02/08/nota/7728771>
- Coronel, R. (2016). *Ventajas para BPM*. Recuperado de  
<https://www.Fomanformacionculinaria.com/general/.php>
- Duhalt, A. (10 de 05 de 2018). *Guía de procesos en metodología de la investigación*.  
 Recuperado de <https://issuu.com/docs/una/guia/de/procesos.pdf>
- FAO, (19 de 07 de 2019). *Encurtido de hortalizas, cereales, frutas*. Recuperado de  
<https://almanatura.com/2019/07/identidad-cultural-cada-pueblo/>
- FAO. (2021). *Grupos de Productos*. Recuperado de:

- Gallegos. (s.f). *Centro de Investigación FDA*. Recuperado de:  
[http://www.ciap.org.ar/Sitio/Archivos/2-Razas%20porcinas-CIAP%20\(1\).pdf](http://www.ciap.org.ar/Sitio/Archivos/2-Razas%20porcinas-CIAP%20(1).pdf)
- Gramajo, C. (22 de 08 de 2019). *Métodos de conservación*. Recuperado de:  
<https://clea.edu.mx/biblioteca/Tamayo%20Mario%20-%20El%20Proceso%20De%20La%20Investigacion%20Cientifica.pdf>
- Gutiérrez, M. (06 de 08 de 2019). *Mejor con salud*. Recuperado de:  
<https://lahora.com.ec/noticia/1102308949/salud>  
[http://www.fao.org/ag/againfo/themes/es/meat/Processing\\_product.html](http://www.fao.org/ag/againfo/themes/es/meat/Processing_product.html)
- Lacelga, G. (31 de 10 de 2018). *Tipos de procesos de una cocina*. Recuperado de  
<https://www.servicioderestaurante.com/tendencias/entretenimiento/.html>
- Marín, A. (s.f.). *Como deshidratar un alimento*. Recuperado de  
<https://almacen.alimentos.net/wp-content/uploads/2018/06/MINI-EBOOK-Curso-Cocina-.pdf>
- Mortimore, (2018). *Siete principios de HACCP*. Recuperado de Universidad Autónoma de Rosario:  
[https://www.expertumconsultoria.mx/contenido/gaceta/ediciones/metodologia\\_investigacion.pdf](https://www.expertumconsultoria.mx/contenido/gaceta/ediciones/metodologia_investigacion.pdf)
- Mortimore, (23 de Julio de 2018). *HACCP investigación de la Universidad del Estado de Hidalgo*. Recuperado de:  
[https://www.uaeh.edu.mx/docencia/P\\_Presentaciones/huejutla/2017/Metodo\\_Analitico.pdf](https://www.uaeh.edu.mx/docencia/P_Presentaciones/huejutla/2017/Metodo_Analitico.pdf)
- Roberto, S. (2019). *Manuales y Guías*. Recuperado de:  
<https://www.anla.gov.co/normatividad/documentos-estrategicos/manuales-y-guias>
- Saulquin, A. (2014). *Asociación bolivariana de chefs*. Recuperado de  
<https://dle.rae.es/uniforme.es>
- Someica, E. (09 de 06 de 2020). *Seis tipos de enfermedades alimentarias*. Recuperado de  
<https://www.enfermedadesalimentariasl.com/20150312/.html>
- Tablado & Gallego, (2014). *Contaminación cruzada*. Recuperado de  
<https://www.procesodecontaminacioncruzada.cl/microorganismos/.pdf>
- Tablado & Gallego, (2014). *Tipos de contaminación cruzada*. Recuperado de  
<https://contaminacioncruzada.com/cotaminacion directa e indirecta/.pdf>
- Valdez J. (28 de 01 de 2002). *Seguridad en las cocinas industriales*. Recuperado de  
<https://core.ac.uk/download/pdf/82245762.pdf>

Valdez, J. (7 de septiembre de 2018). *Primero auxilios*. Recuperado el 12 de Enero de 2021, de <https://www.Peligro.com/diferencia/a/un/plan/de/seguridad/alimentaria>.