****

**DIRECCIÓN ACADÉMICA**

 **DEPARTAMENTO DE GASTRONOMÏA**

 **Respeto – Responsabilidad – Resiliencia – Tolerancia**

**GUÍA N°3**

**TEMA: “PLANIFICACIÓN DE MENÚ “**

 **MÓDULOS: Planificación de la Producción Gastronómica/ Recepción y almacenamiento de insumos**

**Nombre: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Curso 3º\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_/\_\_\_\_/2020**

**Aprendizaje esperado: Planifica la producción de acuerdo a la ficha técnica, considerando**

**los estándares de calidad y realizando las tareas de forma prolija.**

**Solicita insumos y productos de acuerdo a los requerimientos de la producción, considerando**

**Indicaciones específicas del pedido**

 **INSTRUCCIONES**

**LEA la guía enviada, Imprima la guía (o de lo contrario cópiela en su cuaderno) y péguela en el cuaderno de PLANIFICACIÓN, realice la actividad entregada al final de la guía. EN CASO DE DUDAS ENVIARLAS AL CORREO** **gastronomíacestarosa@gmail.com**

PLANIFICACIÓN DE MENÚ

La planificación de menú garantiza en cantidad y calidad las necesidades nutricionales siempre y cuando cumpla con las siguientes características:

1. Equilibrado: Que las proporciones de carbohidratos, grasas y proteínas sean adecuadas.

2. Completo: Todo menú debe incluir alimentos de todos los grupos (verduras y frutas, cereales y tubérculos, leguminosas y alimentos de origen animal)

3. Suficiente: Que no te deje con hambre.

4. Variado: Debe tener diversidad de alimentos, texturas, colores, sabores y formas de preparación.

5. Adecuado: A gustos, culturas, religión y posibilidades económicas.

El menú es la estructura ordenada o conjunto armónico de platos que componen una comida, sea cual sea el momento de consumo. Dese el desayuno hasta la cena, el menú ordena las preparaciones de acurdo a la cantidad y secuencia del servicio preestablecido.

Por una serie de factores el menú debe ser cuidadosamente planificado.

Para planificar un menú se debe tener en cuenta los siguientes factores.

1. **LA FICHA RECETA:** Permite conocer el costo de los alimentos por porción, las mermas, el tiempo de preparación, el equipamiento necesario y el grado de complejidad.

Para obtener la ficha receta se debe trabajar también con un cuadro de estacionalidad de frutas y verduras, así como también un reporte diario de precios de insumos alimenticios, especialmente aquellos sujetos a variación por cambio de estacionalidad.

La importancia de este control permitirá seleccionar aquellos ingredientes que por estar fuera de estación, en veda o excepcionalmente fuera de los niveles, estándares de precios permitan subir este índice.

2. **EQUIPAMIENTO Y NIVEL DEL PERSONAL:** La oferta de cada establecimiento deberá considerar las factibilidad técnica es decir que su implementación y capacidad puedan responder a las expectativas y demanda que se generen. Un hotel con una cocina mal equipada está imposibilitado de vender eventos masivos.

3. **POTENCIAL DEL ESTABLECIMIENTO:** La ubicación del local, el perfil del público, el tipo número de comensales cautivos (comedores de empresas, aviones, eventos), deberá ser materia de análisis para definir la respuesta correcta (tipo de menú, relación precio calidad, ofertas) y una mayor rotación en el segundo caso, para evitar rutinas que se repitan con mucha frecuencia, terminando por cansar al usuario de un servicio de alimentación.

4. **REDACCIÓN DE LOS MENÚS:** Existen varias reglas que deben respetarse, tales como una redacción sencilla, sin faltas de ortografía, sin nombres de fantasía y privilegiando la descripción de los platos y el método de cocción empleado.

En la composición de los menús es necesario cuidar algunos aspectos tales como:

a. Ofrecer texturas diferentes en cada plato

b. Generar armonía de colores

c. Evitar repeticiones (masa en entrada y postre)

d. No repetir métodos de cocción

e. Evitar especias o sabores que persistan

f. Respetar balance nutricional

TARJETA DE EXISTENCIA O KARDEX

Para llevar un control en bodega cada alimento deberá tener una ficha de existencia o tarjeta kardex, la cual deberá estar ordenada alfabéticamente.

Cada vez que ingresa o sale un alimento de la bodega, se debe anotar para evitar robos y pérdidas de alimentos, los cual se denomina merma, que puede ser por fecha de vencimiento de algunos alimentos, por rotura de los envases o por contaminación.

ARROZ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| FECHA | ENTRADA | SALIDA | MERMA | SALDO |
| 06/06/2020 | 30 KG | ------ | ------- | 30 KG |
| 07/06/2020 | ------- | 15 KG | ------- | 15 KG |
| 80/06/2020 | 10 KG | 8 KG | ------- | 17 KG |
| 09/06/2020 | ------- | ------- | 5 KG | 12 KG |

ACEITE

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| FECHA | ENTRADA | SALIDA | MERMA | SALDO |
| 03/07/2020 | 20 LT | ------- | 2 LT | 18 LT |
| 04/07/2020 | 5 LT | 5 LT | -------- | 18 LT |
| 05/07/2020 | 8 LT | 3 LT | 3 LT | 20 LT |
| 10/07/2020 | 50 LT | 10 LT | ------ | 60 LT |

ACTIVIDAD

I. Llene las siguientes tarjetas de existencia e indique la cantidad de alimentos que queda en bodega,

 de cada uno de los alimentos.

LENTEJAS

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| FECHA | ENTRADA | SALIDA | MERMA | SALDO |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

POROTOS

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| FECHA | ENTRADA | SALIDA | MERMA | SALDO |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

AZÚCAR

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| FECHA | ENTRADA | SALIDA | MERMA | SALDO |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

II. Planifique un menú de arroz a la jardinera con pollo asado, para 150 personas, considerando que para 5 personas se necesitan:

 5 personas 150 personas **EJEMPLO**

300 grs arroz 5 personas

 X grs 150 personas

**Multiplicar cruzado**

X =300 grs x 150 pers =9.000 grs.

 5 pers.

**Transformar de gramos a kilo**

1 kilo 1000 grs.

 X Kilo 9000 grs.

X= 1kilo x9000 grs =**9 kilos**

 1000 grs.

* 9 kilos de arroz
* 300 gr. de arroz
* 5 trutros de pollo
* 100 gr. de arvejas
* 50 gr. de zanahoria
* 100 gr. de choclo
* 25 gr. de pimentón
* 5 gr. de ajo
* 15 cc. de aceite
* 10 gr. de sal
* 3 limones
* 0.5 gr. ají de color
* 2 gr. de sal

III. Planifique un menú de charquicán para 200 personas, considerando que para 5 personas se necesitan:

 5 personas 200 personas **Ejemplo**

8 papas 5 personas

X papas 200 personas

X=8 papas x 200 per.= **320 papas**

 5 per.

* 320 papas
* 8 Un. de papas
* ½ kg. Posta negra
* 200 gr. de zapallo
* 1 zanahoria
* 150 gr. de choclo
* 100 gr. de porotos verdes
* 2 tomates
* 100 gr. de arvejas
* ½ cebolla
* 1 diente de ajo
* 50 cc. de aceite
* 100 gr. de acelga
* Orégano y pimienta a gusto

RECUERDA: LA UNIDAD DE PESO ES GRAMOS- KILOS

 LA UNIDAD DE VOLUMEN EN CC ( centímetros cúbicos) – Litros