

Técnico em Cozinha - MÓDULO I

1. NUTRIÇÃO E MATÉRIAS PRIMAS NA ALIMENTAÇÃO

BASES TECNOLÓGICAS

1. Nutrição e saúde – importância da boa alimentação
2. Hábitos, Tabus Alimentares, Crenças e Religiões:
 - 2.1 Hábitos alimentares brasileiros e de outros países
 - 2.2 Tabus alimentares em relação à faixa etária e situações fisiológicas (gravidez e lactação)
 - 2.3 Crenças mais comuns
 - 2.4 Religiões e restrições alimentares
3. Guias alimentares
 - 3.1 Pirâmide dos Alimentos
4. Macronutrientes: funções e fontes alimentares
 - 4.1 Carboidratos.
 - 4.2 Proteínas.
 - 4.3 Lipídios.
5. Micronutrientes: funções e fontes alimentares
 - 5.1 Vitaminas.
 - 5.2 Minerais
6. Tabelas de composição de alimentos e técnica de cálculo de VCT (valor calórico total)
7. Elaboração de cardápios de acordo com orientações nutricionais.

2 TÉCNICAS DIETÉTICAS GASTRONÔMICAS

BASES TECNOLÓGICAS

1. Normas de seleção, classificação e aquisição de alimentos, equipamentos e utensílios.
2. Fichas técnicas padronizadas de acordo com o cardápio
3. Normas de composição de cardápios
4. Métodos e características sensoriais dos alimentos
5. Métodos de cocção
6. Cálculo de *per capita*, porção, rendimento dos alimentos.
7. Tabela de safra dos alimentos
8. Métodos de conservação dos alimentos
9. Preparações culinárias de todos os grupos de alimentos
10. Técnicas de operação de equipamentos para o preparo dos alimentos em média e larga escala.

3 HISTÓRIA DA GASTRONOMIA E A ARTE DE BEM RECEBER

BASES TECNOLÓGICAS

1. Antecedentes Históricos e evolução dos deslocamentos
2. Definições de Turismo e Hospitalidade
3. Sistema Turístico
4. Noções de demanda Turística
5. Noções de oferta Turística
6. Tipologia de turismo.
7. Turismo gastronômico.
 - pesquisa: gastronomia como um fator motivacional pra a praticado turismo.
 - influência do turismo na gastronomia
 - evolução da gastronomia alavancada pelo turismo
8. Tipos de negócios de alimentação diversificação dos negócios
9. Período pré-histórico
10. Idade Antiga
11. Idade Média
12. Idade Moderna
13. Idade Contemporânea – internacionalização da cozinha
14. Historia da gastronomia no Brasil
15. A gastronomia na atualidade
16. Cozinhas regionais do mundo e do Brasil
17. Técnicas de hospitalidade aplicadas à gastronomia

4 LINGUAGEM, TRABALHO E TECNOLOGIA

BASES TECNOLÓGICAS

1. Estudos de textos técnicos/ comerciais aplicados à área de hospitalidade e lazer, através de :
 1. indicadores linguísticos:
 - a) vocabulário
 - b) morfologia
 - c) sintaxe
 - d) semântica
 - e) grafia
 - f) pontuação
 - g) acentuação, etc
 2. indicadores extralinguísticos:
 - a) efeito de sentido e contextos sócio culturais
 - b) modelos preestabelecidos de produção de texto

2. Conceitos de coerência e de coesão aplicadas à análise e a produção de textos técnicos específicos da área de hospitalidade e lazer :

- a) ofícios
- b) memorandos
- c) comunicados
- d) cartas
- e) avisos
- f) declarações
- g) recibos
- h) carta-currículo
- i) *curriculum vitae*
- j) relatório técnico
- k) contrato
- l) memorial descritivo
- m) memorial de critérios
- n) técnicas de redação

3. Parâmetros de níveis de formalidade e de adequação de textos a diversas circunstâncias de comunicação

4. Princípios de terminologia aplicados à área de hospitalidade e lazer:

- o) glossário com nomes e origens dos termos utilizados pelo Técnico em Cozinha
- p) apresentação de trabalhos de pesquisas
- q) orientações e normas linguísticas para a elaboração do trabalho para conclusão de curso

5 ETIQUETA SOCIAL

BASES TECNOLÓGICAS

1. Higiene pessoal: corpo, vestuário
2. *Marketing* pessoal: conceito, fundamentos, aplicabilidade
3. Técnicas de etiqueta: a linguagem do corpo: elegância, gestos e postura.
4. Métodos e técnicas da arte de receber clientes e visitantes
5. Formas de tratamento e cumprimento
6. Comportamento em situações normais e inusitadas
7. Empregabilidade: conceitos, fundamentos, técnicas

6 TÉCNICAS DE COZINHA E RESTAURANTE

BASES TECNOLÓGICAS

1. Instrumentos e utensílios de cozinha (tipos, finalidade, técnicas de utilização e manutenção preventiva).
2. Técnicas para identificação e cortes de carnes em geral.
3. Técnicas para identificação e cortes de hortaliças, frutas e legumes.
4. Técnicas de preparação de *mise en place*:
 - Métodos de cocção (frituras, grelhados, etc)
 - Bases de cozinha (fundos e molhos para cozinha quente).
5. EPIs
6. Normas regulamentadoras do setor de alimentação: portaria 1210/06, CVS 6/1999, RDC 216/2004

7 HIGIENE E SEGURANÇA ALIMENTAR

BASES TECNOLÓGICAS

1. Saneamento básico e do meio ambiente: ar, água, lixo, locais de trabalho, seleção, descarte e reciclagem de lixo
2. Procedimentos higiênicosanitários
3. Contaminação de alimentos:
 - contaminação cruzada
 - principais doenças transmitidas por alimentos (DTAs)
4. Higiene: pessoal, dos alimentos, utensílios, equipamentos e ambiental
5. Método de controle higiênico sanitário:
 - identificação e controle de pontos críticos
6. Técnica de amostragem para análise laboratorial de alimentos
7. Procedimentos de higienização dos alimentos
8. Produtos sanitizantes e desinfetantes
9. Técnicas de transporte de refeições
10. Métodos industriais para conservação de alimentos
11. Indicadores de estado de conservação dos alimentos
12. Portarias vigentes (CVS- 06/99, RDC 216 e 275)
13. Manual de Boas Práticas

Técnico em Cozinha- Módulo II

1. PLANEJAMENTO DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO (TCC) EM Cozinha

BASES TECNOLÓGICAS

1. Estudo do cenário da área profissional
 - Características do setor (macro e micro regiões)
 - Avanços tecnológicos
 - Ciclo de Vida do setor
 - Demandas e tendências futuras da área profissional
 - Identificação de lacunas (demandas não atendidas plenamente) e de situações problema do setor.
2. Identificação e definição de temas para o TCC
 - Análise das propostas de temas segundo os critérios: pertinência, relevância e viabilidade.
3. Definição do cronograma de trabalho
4. Técnicas de pesquisa:
 - Documentação Indireta (pesquisa documental e pesquisa bibliográfica)
 - Técnicas de fichamento de obras técnicas e científicas
 - Documentação Direta (pesquisa de campo, de laboratório, observação, entrevista e questionário)
 - Técnicas de estruturação de instrumentos de pesquisa de campo (questionários, entrevistas, formulários etc.)
5. Problematização
6. Construção de hipóteses
7. Objetivos: geral e específicos (Para quê? e Para quem?)
8. Justificativa (Por quê?)

2 ÉTICA E CIDADANIA ORGANIZACIONAL

BASES TECNOLÓGICAS

1. Código de Defesa do Consumidor
2. Legislação trabalhista e Legislação para o Autônomo
3. Regras, comportamento e regulamentos organizacionais.
4. Conceitos de trabalho em equipe, cooperação e autonomia pessoal.
5. Critérios de imagem pessoal e organizacional
6. Cidadania em Hospitalidade.
7. Ética e Moral :

- princípio fundamental da ética
- fundamentos da ética do Técnico em cozinha

8. Técnicas de trabalho em equipe

3 SEGURANÇA DO TRABALHO E MANUSEIO DE EQUIPAMENTOS

BASES TECNOLÓGICAS

1. Técnicas de manutenção preventiva de equipamentos,
2. Técnicas de prevenção e combate ao fogo
3. Técnicas de higienização adequadas para manutenção dos equipamentos
4. Manuseio correto dos equipamentos do serviços de alimentação
5. Causas de acidentes de trabalho
6. Técnicas para prevenção de acidentes no trabalho(uso de EPIs).
7. Ergonomia no trabalho.

4 COZINHA FRIA

BASES TECNOLÓGICAS

1. Técnicas de elaboração de preparações frias, tais como, hors d'oeuvres, saladas, sopas frias, charcuterie (garde manger) caldos, canapés e similares.
2. Técnicas e regras de manipulação dos alimentos.
3. Terminologia técnica:
 - a. utensílios e equipamentos;
 - b. preparações culinárias;
4. Princípios de segurança alimentar.
5. Emprego de fichas técnicas.
6. Preparações culinárias para elaboração de cardápios.
7. Cálculo de quantidade de alimentos, utilizando fator de correção e índice de conversão: aplicação.
8. Características sensoriais e físico-químicas dos alimentos
9. Manuseio e conservação de equipamentos industriais da cozinha fria.

5. TÉCNICAS DE BAR

BASES TECNOLÓGICAS

1. Histórico e caracterização de bar
2. Tipologia de bar

3. Organograma funcional
4. Leiaute, equipamento e utensílios:
 - técnicas de sanitização
5. Técnicas de promoção de vendas de bebidas:
 - tipos de clientes
 - custos do produto
6. Bebidas alcoólicas:
 - processos de fabricação
 - fermentadas
 - destiladas
 - bebidas compostas ou por infusão
 - bebidas diversas
7. Coquetéis:
 - histórico
 - classificação:
 - alcoólico: *long drink* e *short drink*
 - não alcoólico: *shaker*, *mixing-glass*
8. Projeto prático de bar

6 EVENTOS GASTRONÔMICOS

BASES TECNOLÓGICAS

1. Conceitos e evolução histórica de eventos
2. Caracterização e classificação:
 - em relação ao público
 - em relação ao porte (pequeno, médio e grande)
 - em relação a data (fixo e móvel)
 - em relação à área de interesse (cultural, social, esportivo e etc)
3. Tipologia: congresso, seminário, convenção, simpósio e etc
4. Planejamento e organização de eventos
 - 4.1 pré-evento (objetivos, estratégias, recursos utilizados, elaboração, *briefing* e divulgação).
 - 4.2 trans-evento: supervisão, controle e integração das diversas áreas de atividades.
 - 4.3 pós-evento:
 - fechamento (despesas e receitas financeiras, organização do espaço).
 - avaliação e elaboração de relatórios e planilhas.
5. Equipe de trabalho de eventos:
 - 5.1 cargos e funções.

5.2 perfil e postura

6 Cerimonial e protocolo:

6.1 convites, distribuição de convidados, seqüência do cerimonial, trajes recomendados, cardápios sugeridos e ordem de precedência para serviços de A&B..

7. Projeto prático de eventos

7 DECORAÇÃO, ARRANJOS E MONTAGEM DE PRATOS

1. Estudo das substâncias alimentares e suas propriedades.

2. Técnicas de decoração de mesas e ambientes.

3. Decoração e esculturas em frutas e legumes.

4. Decoração e esculturas em chocolate e em gelo.

5. Ornamentação de pratos quentes e frios

6. Decoração e arranjos para festas temáticas: queijos e vinhos, festas infantis, festa tropical, entre outros.

Técnico em Cozinha – Módulo III

1 COZINHA QUENTE

BASES TECNOLÓGICAS

1. Técnicas de elaboração de preparações:

a. sopas e molhos quentes;

b. massas;

c. carnes, aves e peixes;

d. ovos

2. Técnicas das principais preparações da cozinha internacional: italiana, portuguesa, árabe, japonesa entre outras.

3. Técnicas das principais preparações da cozinha regional: região norte, nordeste, centro-oeste, sudeste e sul.

4. Técnicas de preparações da cozinha *light* e dietética.

2 DOÇARIA E PANIFICAÇÃO

BASES TECNOLÓGICAS

1. Histórico e teoria da doçaria

2. Massas básicas: sucrée (doce), brisée e massa folhada

3. Massas de bolos, pasta americana, panetone

4. Cremes e recheios

5. Técnicas de confeitagem: variações de bico, decoração de doces

6. Chocolataria: técnicas e procedimentos operacionais de manipulação do chocolate e sua aplicabilidade
7. Tortas, crepes e merengues
8. Doces e salgados finos
9. Biscoitos: massas secas e pitangadas
10. Sorvetes, sorbets e granités
11. Fundamentos técnicos da panificação: farinha, amido, glúten, água e fermento
12. Processo de panificação: balanceamento de receita, cálculo de porcentagem e rendimento, medidas, pesos e equivalência
13. Tipos de pães e roscas: pão francês, caseiro, italiano, sírio, baguette, pão de forma, hot dog, hambúrguer. de batata, de queijo, de cebola, doce, etc.
14. Confeitaria e panificação diet e light

3 EMPREENDEDORISMO

BASES TECNOLÓGICAS

1. Pesquisa de mercado:
 - Objetivo, planificação de pesquisa comercial, variáveis, fontes de informação, pesquisadores e pressupostos
 - Análise das necessidades do mercado
 - Definição de oportunidades
 - Ciclo de vida de um produto
2. Princípios de empreendedorismo e intra-empreendedorismo
3. Organização e tipos de empresas
4. Princípios básicos de legislação para abertura de empresas de alimentação
5. Técnicas e regras de aplicação de normas e procedimentos legais específicos da área
(Anvisa)
6. Técnicas de logística aplicada aos serviços de alimentação
7. Sistemas de qualidade (ISO)
8. Método PDCA
9. Ferramentas de qualidade.
10. Sistemas de gestão ambiental, combate ao desperdício, tratamentos de água, esgoto e lixo, programas de educação ambiental para colaboradores
11. Administração e controle de panificadoras e doçarias

4 DESENVOLVIMENTO DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO (TCC) EM COZINHA

BASES TECNOLÓGICAS

1. Referencial teórico: pesquisa e compilação de dados, produções científicas etc.
2. Construção de conceitos relativos ao tema do trabalho: definições, terminologia, simbologia etc.
3. Definição dos procedimentos metodológicos
 - Cronograma de atividades
 - Fluxograma do processo
4. Dimensionamento dos recursos necessários
5. Identificação das fontes de recursos
6. Elaboração dos dados de pesquisa: seleção, codificação e tabulação
7. Análise dos dados: interpretação, explicação e especificação.
8. Técnicas para elaboração de relatórios, gráficos, histogramas.
9. Sistemas de gerenciamento de projeto
10. Formatação de trabalhos acadêmicos

5. PLANEJAMENTO DE AMBIENTES GASTRONÔMICOS

BASES TECNOLÓGICAS

1. *Lay-out* (planta física)
2. Fluxograma
3. Legislação específica
4. Projetos arquitetônicos de cozinha:
 - procedimentos básicos
 - funcionalidade
 - legislação específica
5. Materiais e equipamentos
 - funcionalidade
 - dimensões

6. TÉCNICAS DE ELABORAÇÃO PARA CARDÁPIOS

BASES TECNOLÓGICAS

1. Técnicas de construção, composição e apresentação de *menus*.
2. Normas de composição de cardápios
3. Índices e proporções para estabelecimentos de *per capita* e aquisição de alimentos

4. Elaboração de Fichas Técnicas
5. Engenharia de cardápios
6. Gestão de custos de cardápios
7. Técnicas de amostragem para análises laboratoriais de alimentos