

REPOSITORIO ACADÉMICO DIGITAL INSTITUCIONAL

Título de la tesis: "Informe de actividades"

Autor: Andres Isai Baez Villavicencio

**Tesis presentada para obtener el título de:
Licenciado en Gastronomía**

**Nombre Del Asesor:
JULIAN JAVIER NUÑEZ VALDOVINOS**

Este documento está disponible para su consulta en el Repositorio Académico Digital Institucional de la Universidad Vasco de Quiroga, cuyo objetivo es integrar, organizar, almacenar, preservar y difundir en formato digital la producción intelectual resultante de la actividad académica, científica e investigadora de los diferentes campus de la universidad, para beneficio de la comunidad universitaria.

Esta iniciativa está a cargo del Centro de Información y Documentación "Dr. Silvio Zavala" que lleva adelante las tareas de gestión y coordinación para la concreción de los objetivos planteados.

Esta Tesis se publica bajo licencia Creative Commons de tipo "Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada", se permite su consulta siempre y cuando se mantenga el reconocimiento de sus autores, no se haga uso comercial de las obras derivadas.



INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES



ESCUELA DE GASTRONOMÍA

“INFORME DE ACTIVIDADES”

TESINA

Que para obtener el título de:

LICENCIADO EN GASTRONOMÍA

PRESENTA

ANDRES ISAI BAEZ VILLAVICENCIO

ASESOR

LIC. EN GASTRONOMIA JULIAN JAVIER NUÑEZ VALDOVINOS

CLAVE: 16PSU0108E

ACUERDO:LIC.100416

MORELIA, MICHOACÁN

MARTES 13 DE ENERO DEL 2015

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

AGRADECIMIENTOS

Le agradezco a Dios por haberme acompañado y guiado a lo largo de mi carrera, por ser mi fortaleza en los momentos de debilidad y por brindarme una vida llena de aprendizajes, experiencias y sobre todo felicidad.

Le doy gracias a mis padres Jorge Armando Báez López y Guadalupe Villavicencio Corona por apoyarme en todo momento, por los valores que me han incluido, y por haberme dado la oportunidad de tener una excelente educación en el transcurso de mi vida.

A mis hermanos, Jorge Armando Báez Villavicencio, Nellaly Báez Villavicencio, María Guadalupe Báez Villavicencio y con la dedicatoria especial a “José Luis Báez Villavicencio” por su gran apoyo y participación en esta etapa de mi vida e impulsarme para seguir adelante en el camino educativo y ser un ser humano lleno de sencillez.

A Mariel Gómez Carachure por ser una excelente compañera de tesis y amiga, por haberme tenido la paciencia y por motivarme a seguir en los momentos de desesperación muchas gracias.

A mis amigos que juegan un papel muy importante dentro de mi persona y en mi vida, de los cuales adquiriré conocimientos, detalles, consejos y miles de vivencias.

A mi asesor de tesis Lic. En gastronomía Julián Núñez quien con sus conocimientos y constancia hicieron posibles la realización de este trabajo.

“Soñar con el éxito es bueno, pero realizarlo es mejor”...

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

INDICE

BIOGRAFÍA	5
INTRODUCCIÓN	8
MARCO TEORICO	9
CAPITULO 1. DESCRIPCIÓN DE LA EMPRESA	11
1.1. Elementos de la Empresa Restaurantera	12
1.1.1. Áreas Funcionales.....	12
CAPITULO 2. HISTORIA DEL RESTAURANTE	16
2.1. Restaurantes Actuales	17
CAPITULO 3. PROCESOS ADMINISTRATIVOS DENTRO DE LA EMPRESA RESTAURANTERA	21
3.2. Personal del Restaurante	23
3.3. Logística y Administración	34
3.4. Informática y Estadística	38
3.5. Diseño de Menú	40
3.5.1. Algunos Tipos de Menú	41
3.6. Mercadotecnia de Alimentos y Bebidas	42
3.6.1. Características del Servicio.....	43
3.7 Legislación en área Mercantil, Laboral y Turística	47
3.8. Derecho Laboral	50
3.9. Turismo	53
3.9.1 Turismo Gastronómico.....	54
3.10. Ética en Empresas de Servicios Alimenticios	55
CAPITULO 4. TÉCNICAS CULINARIAS	58
4.1 Cocina Fría Y Caliente	60
4.2. Repostería, Confitería Y Panadería	71
4.2.1. Repostería	71
4.2.2. Confitería.....	72
4.2.3. Panadería	72
4.3Vinos, Cervecería, Cafetería	73
4.3.1Vinos.....	73

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

4.3.2. Cafetería	75
4.3.3. Cervecería.....	76
4.4. Higiene en los Alimentos.....	77
4.4.1. Objetivos de la Higiene.....	78
4.4.2. Enfermedades Trasmítidas por Alimentos	79
4.4.3. Contaminación de Alimentos	83
CAPITULO 5. ECOGASTRONOMÍA	86
5.1 Principios de la Ecogastronomía	87
CAPITULO 6. NUTRICIÓN	89
6.1. Lípidos	90
6.2. Proteínas.....	90
6.3. Minerales	92
6.4. Vitaminas	93
Conclusiones	96
Anexos.....	98
Bibliografía.....	105
Índice de Ilustraciones.....	106
Índice de Tablas	106

BIOGRAFÍA

Mi nombre es Andrés Isaí Báez Villavicencio, nací en Panindicuaro, Michoacan, el 27 de Mayo de 1991, soy hijo séptimo del Ing. Civil Jorge Armando Báez López, dedicado al diseño y construcción de carreteras, un hombre de ejemplo y calidad humana, con una sencillez y actitud emprendedora; y mi amada madre la señora Guadalupe Villavicencio Corona, ama de casa, dedicada de lleno a sus hijos y esposo, compartiendo sus valores, bondad, responsabilidad y amor.

Crecí entre los olores y sabores que rodean el campo, desde muy pequeño acostumbrado a ver a mi abuelo Margarito Báez Ruiz ordeñar las vacas, mientras yo corría entre gallinas y contemplaba los animales del campo, cada mañana tomar un vaso con leche recién extraída y jugar con mis hermanos en los pastizales. Recuerdo una bebida típica de mi pueblo, la llamada “paloma” que era una mezcla de leche bronca chocolate y alcohol, era la preferida de mi padre.

Mis mejores recuerdos de la infancia pertenecen a la tierra que me vio nacer, su comida típica como el rico horno de pan de leña, huchepos, carne apache, entre otros platillos.

Al cursar la primaria en el colegio “Niños Héroe” todas las mañanas mi madre nos esperaba a mis hermanos y a mí en la cocina con un tazón de yema de huevo cruda mezclado con azúcar, ese era el alimento principal e indispensable del día, el cual lo recuerdo con un poco de grima, ya que en lo personal el aroma que despedía y el sabor que tenía era bastante desagradable para mí y la excusa de ella era que lo debíamos de comer para tener energía. Otro de los platillos que mi madre nos preparaba para llevarnos al colegio eran los burritos de guisados, eran deliciosos. Otras de

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

las preparaciones de mi madre que se me vienen a la mente y que me encantaban eran los hotcakes con esa aroma a vainilla y mantequilla derretida.

A ella, a mi madre, me gustaba mucho verla cocinar, preparar cada comida con amor, con gusto y dedicación, era un deleite a mis pupilas y los olores deliciosos que se apreciaban. Siempre le hacía mil preguntas, mi curiosidad siempre a flor de piel y ella con amor y con una sonrisa tenía una respuesta a cada cuestionamiento.

Conforme al paso del tiempo y mientras iba creciendo, cada uno de mis sentidos se agudizaban cada vez más, y los olores y sabores solía distinguirlos con más facilidad y el aprecio hacia ellos fue intensificándose.

En la escuela secundaria “Lázaro Cárdenas” a la cual ingrese en el año de 2003 inició mi gusto por el dibujo técnico, al ver a mi padre dibujar, hacer esos trazos perfectos y líneas, fue un gran impulso y un ejemplo a seguir. Al facilitarme la elaboración de planos, decido tomar el taller de dibujo técnico; fue una época llena de aprendizaje, experiencias y una adolescencia llena de altibajos, pero siempre aprendiendo algo nuevo en el día a día.

Al comenzar los estudios de preparatoria “CECYTEM” despierta en mi la inquietud por la cocina, a lo que decido tomar el bachillerato de “Análisis y Tecnología de los Alimentos” donde aprendo la elaboración de productos precoderos como mermeladas, jarabes, ates, almíbar y otros alimentos como dulce de leche, yogurt, chorizo, pan, entre otras. Gracias a ésto comienza mi gusto por la preparación de alimentos y el aprecio por la cocina se vuelve más palpable.

En cierto momento de mis estudios de preparatoria, mi padre pregunta qué carrera universitaria voy a cursar, cuáles son mis gustos e inquietudes, para lo que mi respuesta fue “ingeniería civil”, mi padre, con un gesto serio en el rostro no le agrada y no aprueba mucho mi decisión, en ese instante sus

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

palabras fueron claras y precisas; él no quería que sus hijos estudiaran la misma carrera que él. Después decido estudiar medicina, pero al tener el gusto por la cocina, sigo pensando en que decisión tomar.

Al encontrarme estudiando el último año de preparatoria, mi padre inaugura un restaurante con especialidad de carnes y mariscos, donde se contrata a un chef de tierra caliente y comienzo a trabajar ahí en el área de servicio; al ver y conocer ese nuevo mundo laboral mi gusto por la cocina crece. Me doy cuenta que el entrar en contacto con la cocina y los alimentos no sólo es cocinar, es saber equilibrar sabores, colores, texturas y tener creatividad y sazón.

Esta nueva experiencia y el gusto por conocer más y el aprecio por la cocina y preparación de platillos decido estudiar 3 años la Licenciatura en Gastronomía en la “Universidad Vasco de Quiroga”, donde los conocimientos adquiridos fueron llevados del salón de clases al ámbito laboral.

Con todo este pasado y este adentro tan peculiar de mi vida al área gastronómica, no me queda duda que me apasiona, aprecio, valoro y disfruto cada momento en el que estoy dentro de la cocina, he aprendido demasiado y mi meta es seguir creciendo profesional y humanamente.

“La gastronomía necesita de pasión, dedicación y sazón”

INTRODUCCIÓN

Andrés Isaí Báez Villavicencio, egresado de la Universidad Vasco de Quiroga en el año 2012, en el presente Informe de Actividades Profesionales, describo lo que he practicado en diferentes empresas, áreas y departamentos, así como experiencias y conocimientos adquiridos en el ámbito profesional, y que han de complementar gran parte de la formación académica así como en aspectos personales, y estos mismos definen los objetivos y principios de vida laboral que he llevado a lo largo de estos dos años desde mi egresos de la Universidad. Por otra parte, el área laboral que he desempeñado durante este periodo no es nada sencillo, es complicado encontrar un trabajo con buen sueldo y con un puesto en el cual pueda desempeñar mis conocimientos.

El ámbito de trabajo y los estudios académicos son totalmente diferentes, no tienen punto de comparación, la vida laboral es opuesta a la vida estudiantil, por lo que recaigo en la conclusión de que son complementos para el crecimiento laboral.

En el año 2012 mi vida dentro del área de trabajo da un giro de 180° al incorporarme al Restaurante Español " Casa Ávila " como encargado del área de "cocina fría" donde todo lo aprendido en la Universidad, se transforma en ideologías y una gran parte en principios y valores adquiridos para apuntalar una formación de honestidad y rectitud para el desarrollo de mis nuevas funciones dentro de una gran empresa. El reto ahora es hacerme de nuevos conocimientos y experiencias que me permitan escalar peldaños más altos para lograr mis objetivos y aspiraciones como persona y como profesionista.

MARCO TEORICO

Un alimento a diferencia de la alimentación es toda sustancia inocua (que no produce daño físico o moral) que reponen partes solidas o liquidas del organismo y satisfacen las necesidades de materia, calor o energía mecánica. En diferencia, la alimentación es un proceso voluntario mediante el cual se eligen los alimentos y la manera de consumirlos según el hábito.

“Un buen cocinero surge de la mezcla de aptitudes y valores, ambas, indispensables al momento de pararse frente a las brasas y al juego de cubiertos”(Ferran Adria)

La responsabilidad que recae sobre la espalda del encargado de elaborar todos los alimentos no es para menos, de su talento depende si vamos a tener una buena o mala comida.

Una mala preparación, insalubre o inadecuada puede causarnos algún tipo de enfermedades gastrointestinales como la salmonelosis, cólera, y en algunos casos, la muerte.

Para complementar la comprensión de la mezcla de valores y aptitudes he preparado una pequeña tabla que contiene un resumen donde se explican alguno de estos, la cual se muestra en anexos (pag.101)

Al egresar de la Universidad Vasco de Quiroga de la Licenciatura en Gastronomía, mis inicios en el ambiente laboral fueron en los restaurantes Salucita, Holiday inn, Holiday inn express y Casa Avila en Morelia Michoacán, ocupando el área de cocina fría.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Este es un reporte de actividades profesionales donde se especifican ciertos apartados importantes dentro de la gastronomía como definiciones de empresa, historia de restaurante, entre otras y se elabora una pequeña reseña de lo que en lo personal obtuve aparte de los conocimientos básicos, adquirí capacidades y aptitudes más amplias dentro de este entorno gastronómico.

CAPITULO 1. DESCRIPCIÓN DE LA EMPRESA

La empresa analiza los precios de los bienes y servicios que los consumidores están dispuestos a pagar, a fin de determinar qué se va a producir, pues ella tiene la opción de escoger entre las múltiples posibilidades de producción

La empresa es la combinación más pequeña de unidades jurídicas que constituye una unidad organizativa productora de bienes o servicios y que dispone de un cierto grado de autonomía en la toma de decisiones, especialmente en lo relativo a la asignación de sus recursos corrientes. Una empresa puede ejercer una o más actividades en una o varias unidades locales.(Morales, 1989).

Para comenzar a introducirnos en el tema de la empresa o negocio restaurantero, es necesario conocer el concepto e inicios del restaurante.

La palabra restaurante se define como el establecimiento o lugar donde se sirven alimentos y bebidas con un precio, ya sea para consumir ahí o para llevar, y su primera aparición toma lugar en Francia.

La empresa restaurantera, es aquella actividad realizada para un fin u objetivo, el cual es satisfacer las necesidades de los clientes, expender servicios o productos que necesiten o quieran adquirir. (Garcia, 2003)

1.1. Elementos de la Empresa Restaurantera

La empresa restaurantera cuenta con varios elementos para su buen funcionamiento y cada uno de estos debe cubrir las necesidades del comensal para garantizar un buen servicio. A continuación se presentan dichas áreas en una clasificación por funciones del personal.

1.1.1. Áreas Funcionales.

Las áreas Funcionales de un restaurante son aquellas que todo el tiempo están trabajando, están en servicio y deben estar actualizadas, contar con higiene, utilizar productos de calidad y tener instalaciones en buen estado. Estas áreas son para atender al cliente de la mejor manera posible y brindar un servicio de excelencia.

El libro *El restaurante como empresa* nos indica cuales son las áreas más importantes y con más funciones dentro de la empresa restaurantera; las cuales a continuación se describen.

a) **Recepción.** *Esta área recibe a los clientes, aquí se selecciona el tipo de mesa y el área del comedor donde serán atendidos.*

b) **Barra o bar.** *En esta área el barman prepara bebidas para los comensales. La persona puede pedirlos directamente en la barra o solicitarlos al mesero.*

c) **Servicio – Área de salón.** *En esta área se acomodan mesas y sillas tanto el espacio lo permita y son decoradas de acuerdo al diseño. Es el*

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

elemento más importante de un restaurante, ya que se entrega el servicio de alimentos y bebidas a los clientes; y es donde se califica al personal, servicio, producto, establecimiento y calidad. Es el lugar que recibe todas las críticas y los aciertos de la empresa.

*d) **Producción – Área de cocina.** Aquí se preparan los alimentos y algunas cuantas bebidas, dependiendo el giro del restaurante. Está a cargo del chef, sub chef, cocineros, ayudante de cocinero, lava platos; y el área de producción a su vez está dividida en: área caliente (entradas y bocadillos calientes, platos fuertes), área fría (ensaladas), postres, salsas, parrilla.*

*e) **Transporte.** Es un elemento clave para el momento de hacer las compras, de reunir pedidos, o en caso de que el restaurante tenga servicio domicilio entregar pedidos a sus clientes. Debe estar en muy buen estado, con buena presentación, limpio, sin fallas técnicas ni problemas de circulación.*

*f) **Almacén – Bodega.** Es el almacén, la zona donde se conservan todos los alimentos no perecederos, se almacenan de acuerdo a la caducidad, al producto, peso y tamaño. Se hace un inventario para tener todos los productos bajo control. El almacén debe ser un lugar bajo resguardo, amplio, limpio, sin humedad y dentro o cerca de la cocina para mayor rapidez. Solo una o dos personas pueden tener acceso a esta bodega.*

*g) **Cámaras.** Estas cámaras son de refrigeración, en ellas se guardan los alimentos o productos perecederos que tienen que estar a temperaturas muy bajas para evitar su descomposición; ya sea carnes, pescados, mariscos, vegetales, etc.; pero en grandes cantidades. (alimentos perecederos)*

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

También existen cámaras de refrigeración especiales para postres o pasteles que se localizan en el área de repostería; y los refrigeradores, que se utilizan para el mismo objetivo de las cámaras de refrigeración pero en volumen mínimo.

*h) **Oficina del restaurante.** Es una oficina especialmente para elaborar inventarios, órdenes de compra, horarios de trabajadores, etc. En este mismo sitio se tienen estantes con varios departamentos para guardar cristalería, mantelería, loza, etc. Es una habitación que está separada de la cocina y del comedor.*

*i) **Comedor para empleados.** El comedor para los empleados es el área exclusivamente para los trabajadores de la empresa, aquí se les da alimento y bebida con un menú diferente al que se le ofrece al comensal o cliente. Cada trabajador puede acudir al comedor a un horario determinado para tomar sus alimentos y tiene un tiempo específico para hacerlo. Aproximadamente, dependiendo el tiempo que trabaje se da de 1 a 2 horas para comer, todo depende del patrón.*

*j) **Área de lavado.** Es el área donde se lava toda la cristalería, mantelería, loza, se lava todo lo indispensable que se encuentra en el área de comedor. En esta misma habitación se plancha mantelería y que se reserva en la oficina del restaurante.*

*k) **Instalaciones Sanitarias.** Estas instalaciones son para cubrir las necesidades fisiológicas de trabajadores o empleados y de clientes dentro de la empresa restaurantera. Estas áreas deben de ser seccionadas, para los clientes, una para hombres y otra para mujeres y una para empleados, de igual forma una para hombres y*

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

otra para mujeres. Las instalaciones sanitarias deben estar en muy buen estado, pulcras, de fácil acceso y separadas de la cocina, del almacén, del comedor y del bar por cuestiones de higiene.(Garcia, 2003)

Todas estas áreas funcionales de un restaurante son primordiales en este tipo de empresa, para llevar a cabo un servicio de excelencia al comensal.

En el caso de los restaurantes pequeños donde fui empleado no todos los establecimientos restauranteros contaban con la misma infraestructura, ni con el mismo equipo como por ejemplo: cámaras de refrigeración eran sustituidas por refrigeradores, no había lava losa, barra, la mayoría de los utensilios eran adaptados de acuerdo a la necesidad, mas no se contaba con el material o utensilio determinado para ciertas áreas de acuerdo a su función, ya que el restaurante no contaba con suficiente espacio o tenía poco presupuesto para adecuar el lugar y comprar mobiliario.

Un ejemplo muy claro de estas necesidades que viví en el restaurante, es al momento de hornear postres o comidas, el horno estaba en tan mal estado que tenía que supervisar a cada momento el producto para tener un alimento en buen estado y evitar que se quemara o tuviera mal sabor.

Cabe mencionar que los restaurantes no tenían personal capacitado ni apto para las funciones que desempeñaban, de igual manera el personal era poco y deficiente.

En el caso de las empresas restauranteras más grandes en donde trabajé, la infraestructura era adecuada, viable, designada totalmente a la atención restaurantera, se contaba con todo el material y utensilios de acuerdo a las necesidades del área de cocina, contábamos con cámaras de refrigeración las cuales tenían que ser supervisadas para medir la temperatura y darles el mantenimiento y función que estas demandaban.

CAPITULO 2. HISTORIA DEL RESTAURANTE

La palabra “RESTAURANTE” se define como establecimiento o lugar donde se sirven alimentos y su primera aparición toma lugar en Francia(Torre, 2006); y a continuación su historia será explicada.

La historia del primer restaurante que se conoció y los primeros registros que se llevaron a cabo apuntan al siglo XVII en Francia, y se aportará brevemente los indicios del surgimiento del restaurante.

Según el famoso escritor gastronómico Brillant Savarin, cierto señor de nombre Boulanger Carpentier principio, hacia el año de 1766 en la calle de Poulies, en París, Francia, el primer establecimiento en el que solo se recibía gente que fuese a comer.

En dicho lugar se servía, sobre mesas de mármol, aves muy condimentadas, huevos y consomé.

Boulanger, ordeno pintar en la puerta de la entrada de este establecimiento una invitación que decía: “Venite ad me ommis qui stomacho laboratis ego restaurabo vos”, que quiere decir “Venid a mí los que sufrís del estómago que yo los restauraré”. A dicho lugar en principio se le llamó restaurat y posteriormente restaurante. El primero en imitar a Boulanger fue Lamy, un señor quien inauguró el Paláis Royal, restaurante que se convirtió en el más famoso de su época. (Anaya, 2005)

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Una empresa restaurantera o restaurante, en si es aquel negocio, lugar o establecimiento que brinda al cliente o al comensal una variedad de alimentos y bebidas preparadas según el rubro o el giro de dicha empresa y de la cual a continuación se dará a conocer la experiencia laboral al trabajar en restaurantes.

La empresa restaurantera cuenta con varios elementos para su buen funcionamiento y cada uno de estos debe cubrir las necesidades del comensal para garantizar un buen servicio.

2.1. Restaurantes Actuales

Los restaurantes actualmente permanecen en una industria de alcance mundial, en un estado de rápida evolución; han adquirido una importancia, muy grande dentro del mercado; por ello, pueden realizar la satisfacción total de tus clientes; y se están convirtiendo en una parte de aumento de mercadotecnia para el turismo.

Cada local dedicado a la venta de comidas tiene un sitio determinado y un público determinado. La diversidad de los restaurantes en la actualidad es tan intensa, que prácticamente son los sitios de atención pública con más variantes.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

La comida, en nuestros días, es precisamente un negocio por su volumen de ventas, ya que el servicio restaurantero es una gran fuente de trabajo, rara vez sobran puestos de meseros, cocineros, lava trastes, entre otras. Quetienden a ser más solicitados en las llamadas “temporadas altas”.

Existen varios tipos de restaurantes y se explica de la siguiente manera según el libro “Fundamentos del Catering” de Jerry Taylor

Restaurante Gourmet. Es el establecimiento que maneja platillos que atraen a las personas aficionadas a comer manjares delicados.

Restaurante de especialidad. Éste tipo de restaurante brinda una variedad limitada o un estilo de cocina.

Restaurante familiar. Los caracteriza la confiabilidad hacia los clientes, tienen precios y servicio estándar. Sirven alimentos sencillos a precios moderados y accesibles para las familias.

Restaurante conveniente. Tiene un servicio rápido, suelen ser económicos. Pueden ser de autoservicio o servicio a la mesa.

Los restaurantes también se pueden clasificar con base en los cuatro tipos de servicio que se ofrece al público.

- ❖ Servicio en la mesa: en este servicio, es el mesero el que sirve directamente en la mesa a los comensales.
- ❖ Servicio en la barra: los clientes se sientan frente a la barra y es ahí donde el mesero los atiende.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

- ❖ Autoservicio: esta categoría de servicio es llamado también buffet; se suele tener una vitrina donde se exponen una variedad de alimentos y el cliente toma su plato o charola y se sirve lo que desee.
- ❖ Para llevar: es un servicio rápido y sencillo, el cliente selecciona y decide los alimentos que desea llevar, los paga en caja y posteriormente se le entrega su orden en un mostrador, empaquetados y de forma adecuada para ser transportables.

Actualmente existen bares y restaurantes o una combinación de ambos, es decir bar y restaurante un solo sitio, el objetivo es ofrecer al público servicio y producto. El servicio consiste en atender a los clientes que acuden, ya sea al restaurante o al bar; y el producto son los alimentos o bebidas que se sirven.

El servicio puede ser fijo o movable. El servicio fijo es aquel que se ofrece en una localidad establecida, mientras que el servicio movable es el que se ofrece en ocasiones especiales, los banquetes, reuniones, eventos especiales, pueden ser el ejemplo perfecto. (Herrera, 2006).

De tal manera que en la actualidad no solo existen bares y restaurantes, también existe, el famoso Snack bar, esta unidad es de servicio rápido y práctico, se dan bocadillos y bebidas, suelen operar en áreas de alberca o en una zona muy independiente del bar y la cocina.

He trabajado en hoteles, restaurantes, terraza bar, restaurantes en cabañas y restaurante español, el ambiente de trabajo y el desempeño laboral que se maneja en cada uno de estos restaurantes es diferente ya que su giro es completamente distinto y cada uno de estos tipos de establecimientos tiene algo diferente que ofrecer al cliente.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Como profesional opino que no hay establecimientos de este tipo que sean buenos o malos, simplemente su mercado meta es distinto. En cada uno de estos negocios se aprende y se llevan a cabo técnicas diferentes ya sea de preparación o forma de laborar, y así como se aprende también se enseña, se comparten conocimientos y hay una retroalimentación de empleados, gerentes y demás personal. Lo interesante y emocionante de todo esto es ver tu trabajo terminado, entregarlo al comensal y saber que está satisfecho con el resultado. Todos lugares, establecimientos o negocios referentes a la preparación y venta de alimentos y bebidas siempre dejan satisfacciones, aprendizajes, y mucha experiencia.

CAPITULO 3. PROCESOS ADMINISTRATIVOS DENTRO DE LA EMPRESA RESTAURANTERA

Este capítulo hace mención al personal de restaurante, sus funciones administrativas, el menú, logística, mercadotecnia, entre otras y de las cuales puedo mencionar que como experiencia en el caso de los puestos designados de algunos restaurantes no eran tal cual se especifican, si no que carecían de personal en algunas áreas, y en otras solo se contaba con el indispensable o necesario, en cocina se contaban con solo 3 personas y en otros restaurantes el personal era completo; la gerencia está encargada de contratar al personal, dependiendo de sus aptitudes y capacidades, ubicarlos en el puesto correspondiente; cada persona lleva a cabo su trabajo de acuerdo a las especificaciones definidas y en cada área hay un jefe general y un jefe encargado, por ejemplo gerente general - subgerente, chef – subchef, capitán de meseros – coordinador de meseros; no todas las franquicias se manejan de la misma forma o régimen.

En el caso del menú, las recetas no se podían cambiar ni modificar y el resultado debe ser siempre el mismo, las recetas son estándar y eran elaboradas en la empresa matriz. El restaurante reunía a todos los chefs encargados de todas las sucursales de las diferentes ciudades del país, para así seleccionar el nuevo menú, el cual era dado a conocer a los cocineros, se les enseñaba cómo elaborarlo y servirlo. Todo el personal conocía el menú, las características de cada platillo, su sabor, textura. Acentuando nuevamente que no todos los restaurantes llevan a cabo ese protocolo para la selección de menú.

La mercadotecnia y logística es seleccionada por la empresa dependiendo su giro y su tipo de mercado al cual se dirige.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Un proceso administrativo son las actividades que el administrador debe llevar a cabo para aprovechar recursos humanos, técnicos, materiales con los que cuenta la empresa.

El proceso administrativo está formado por 4 funciones fundamentales según el libro “**Arte Culinario para el Profesional de la Cocina**” del autor Graciela Martínez de Flores se explica de la siguiente manera.

- ❖ La Planeación para determinar los objetivos en los cursos de acción que van a seguirse.
- ❖ La Organización para distribuir el trabajo entre los miembros del grupo y para establecer y reconocer las relaciones necesarias.
- ❖ La Ejecución por los miembros del grupo para que lleven a cabo las tareas prescritas con voluntad y entusiasmo.
- ❖ El Control de las actividades para que se conformen con los planes.

En el caso del proceso administrativo dentro del área de cocina lo principal es el costeo de recetas, donde se especifica ingredientes y sus cantidades, su costo por porción y el costo de cada ingrediente ya sean por kilo, litro o libra.

Dentro de mi experiencia laboral puedo decir que se administran las porciones de los alimentos, teniendo un control de los insumos, evitando el gasto excesivo de estos mismos y no tener excedentes o en dado caso perdidas. Se elaboraba un inventario cada 10 días, uno para alimentos congelados y otro para alimentos que se encontraban en producción; en el cual se tomaba en cuenta todos los ingredientes y/o productos que se tenían para llevar a la producción del platillo.

En la organización dentro del trabajo, cada área dentro de cocina tenía su rol para realizar su propio inventario.

3.2. Personal del Restaurante

El personal de una empresa, ya sea restaurantera o de cualquier otro tipo, es la imagen de la empresa. La imagen que deseamos ofrecer al cliente depende del personal, el servicio debe ser excelente y correcto. Por consiguiente, ya que cada empresa tiene una estructura organizacional diferente y los principales puestos que deben cubrir las empresas restauranteras se definen de la siguiente forma.(Casillas, 1994).

Gerente General

- ❖ En este puesto se dirigen las funciones relacionadas con la administración; planear, organizar, coordinar, supervisar y dirigir todas las actividades del restaurante y del personal con el objetivo de lograr un óptimo funcionamiento y servicio

Gerente de Alimentos y Bebidas.

Es la persona responsable ante el gerente general de la adecuada administración del área de alimentos y bebidas. Sus principales funciones son:

- ❖ Supervisa el trabajo realizado por los empleados que están a su cargo (chef, maitre, contralor de costos, jefe de bar, Stewart, etc.).

- ❖ Elabora especificaciones de compras de alimentos y bebidas junto con el gerente general, jefe de compras y almacenista. Autoriza la compra de mercancías.
- ❖ Auxilia al jefe de compras y almacenistas en el establecimiento de máximos y mínimos de alimentos y bebidas. Fija precios de venta autorizados por el gerente general y elabora las hojas de costos de recetas estándar con ayuda del chef y contralor. Autoriza notas de venta de promoción y cortesía firmándolas.
- ❖ Es responsable de la elaboración del presupuesto anual de ingresos y gastos del área de alimentos y bebidas. Vigila que los sistemas de trabajo se lleven a cabo de acuerdo a las normas y procedimientos establecidos.
- ❖ Revisa periódicamente los materiales y equipo que se emplea en su departamento. Analiza inventarios.

Controlador de Costos de Alimentos y Bebidas

Su trabajo tiene que ver con todos los costos del departamento de alimentos y bebidas. Alguna de sus actividades principales son:

- ❖ Prepara análisis diario de costos del departamento de alimentos y bebidas, mantiene al día los estándares de nómina. Revisa las desviaciones al presupuesto semanalmente.
- ❖ Revisa personalmente los procesos de compra (proveedores, pedidos, etc.). Verifica que cada día se levante un inventario de artículos perecederos.
- ❖ Determina las cantidades de alimentos y bebidas que se tienen que ordenar, se asegura que los productos solicitados como carnes y productos perecederos estén en un buen estado y embazado perfectamente. Supervisa el control de llaves de almacén, horario y libro de control.

- ❖ Se encarga de las temperaturas de las cámaras de refrigeración, limpieza del almacén y mantenimiento, de todo lo que tenga que ver con las requisiciones, calcula costos y costea recetas y cada artículo del menú.

Maitre (Camarero)

Es el responsable, ante el gerente de alimentos y bebidas, del servicio a la mesa proporcionando en restaurantes, bares u hoteles. Sus principales obligaciones son las siguientes:

- ❖ Seleccionar a su personal en comedor y asignarles tareas, programas turnos de trabajo, horarios y vacaciones, puede autorizar tiempo extra y permisos al personal. Elabora reportes de asistencia.
- ❖ Supervisa puntualidad, aseo, disciplina de su personal y los evalúa constantemente, capacita a su personal para dar un buen servicio.
- ❖ Supervisa la calidad del servicio, conoce y aplica los diferentes tipos de servicio (servicio americano, francés, ruso, buffet, banquete). Hace revisiones constantes de comanditas, analiza periódicamente la venta promedio por cliente en el restaurante y bar, etc.

Capitán de Meseros

Es el responsable ante el maitre del perfecto funcionamiento del restaurante o bar sus obligaciones específicas son:

- ❖ Supervisa el aseo general del lugar, material y equipo completo, montaje correcto, mantenimiento general del lugar, suministros suficientes en las estaciones, personal completo, suficientes comandas, reservaciones de mesas y asignación de mesas a los meseros.
- ❖ Recibe al cliente y le asigna su mesa, supervisa el cobro correcto de las cuentas, recibe quejas de clientes y busca la solución.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

- ❖ Entrena al personal de nuevo ingreso y está pendiente de sus subordinados y mantiene mucha comunicación y cooperación con ellos.
- ❖ Al cerrar el restaurante, supervisa que el material y equipo este completo y se encuentre en el lugar asignado. Conoce diferentes tipos de montaje y los diferentes tipos de servicio. Y colabora de la mano con el maitre.

Hostess

El Hostess debe de ser un empleado con impecable presentación y debe dar un excelente servicio a los clientes, con amabilidad y respeto, debe dominar el idioma inglés. Sus obligaciones principales son:

- ❖ Supervisa con el capitán de meseros, el montaje del restaurante o bar. Controla las reservaciones y da la bienvenida a sus clientes y los conduce a su mesa.
- ❖ Distribuye equitativamente la clientela en las diferentes áreas, sin mostrar preferencias, supervisa la calidad de los meseros.
- ❖ Interviene en los problemas que puedan ocasionarse entre cliente y mesero y dichos problemas los reporta con el gerente de alimentos y bebidas.
- ❖ Cuando el restaurante está lleno, no rechaza a los clientes sino que se les invita a pasar al bar o esperar en algún lugar cómodo, mientras esperan la asignación de mesa.

Mesero

Dentro de sus obligaciones de trabajo pueden ser:

- ❖ Debe presentarse aseado, con el uniforme correcto debe conocer primeros auxilios como asfixia o ataque al corazón. Conoce el uso del material y equipo en su departamento, limpia mesas, estaciones de servicios, ceniceros, menús, charolas, etc.
- ❖ Es responsable correcto montaje de mesas, cambia blancos sucios por limpios, dobla servilletas, conoce el manejo correcto de la loza y cristalería. Es responsable de tener surtidas las estaciones de servicio con todo lo necesario: sal, azúcar, salsas, cubiertos, servilletas, etc.
- ❖ Conoce perfectamente los vinos y platillos del menú, así como el tiempo en que se elaboran, temperaturas, ingredientes y procesos.
- ❖ Atiende siempre al cliente con amabilidad, toma su orden, sugiere platillos, trae al comensal su orden a la mesa dependiendo el servicio del restaurante, presenta la cuenta y recoge platos sucios, etc.
- ❖ Supervisa a su ayudante y ayuda al entrenamiento al personal de nuevo ingreso.

Ayudante de Mesero (garrotero)

El garrotero ayuda al mesero a ejecutar su trabajo, lo que hace más rápido eficaz el servicio. Sus principales actividades son:

- ❖ Ayuda al mesero en el montaje de mesas, retira platos sucios de las mesas, coloca en la mesa lo indispensable como puede ser: sal, azúcar, cubiertos, servilletas limpias, pan, galletas, salsas etc.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

- ❖ Ayuda al mesero a traer comida de la cocina, preparada café, ayuda a la limpieza del equipo, al desocuparse una mesa, es el que limpia y cambia la mantelería.
- ❖ Conoce las actividades del mesero, ya que en algún momento puede ocupar ese lugar.

Jefe de bar

Es el responsable ante el gerente de alimentos y bebidas, de la operación del bar, sus obligaciones son las siguientes;

- ❖ Elabora recetas estándar de bebidas, constituye en la asignación de precios en las bebidas, autoriza requisiciones de almacén de bebidas, supervisa la adecuada rotación de inventarios en el ver, elabora presupuestos de ventas y de gastos del bar.
- ❖ Solicita al gerente de compras utensilios o material faltante, revisa sellos de botellas y el estado en que están estas mismas.
- ❖ Selecciona, capacita y evalúa a los cantineros y supervisa su trabajo y toma asistencia.

Cantinero

Recibe las órdenes del jefe de bar y debe cumplir las siguientes obligaciones:

- ❖ Debe de conocer los tipos de vinos y licores de bar, cervezas, etc. Conoce los tipos de botana más comunes, el almacenamiento de vinos, sabe la preparación de todas las bebidas compuestas de la carta o menú de bebidas.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

- ❖ Conoce el tipo de cristalería donde debe servirse cada bebida, llena las requisiciones de almacén, llena inventarios diariamente, prepara botanas.
- ❖ Sirve bebidas a los clientes o a los meseros para que ellos se las den personalmente y hasta su mesa a los clientes.
- ❖ Al cerrar el bar, es el responsable de dejar limpios y en lugar señalado toda la cristalería.

Chef

Es el responsable ante el gerente de alimentos y bebidas del adecuado funcionamiento de las cocinas, de la preparación de los alimentos dentro de las normas de calidad, de buen servicio a bajo costo y sus funciones son las que continuación se mencionan:

- ❖ Coordina todo lo relativo al personal en la cocina, puede seleccionar aspirantes a puestos de cocina, capacita y evalúa al personal, supervisa el trabajo dentro de la cocina, elabora los horarios de trabajo, días de descanso y vacaciones. Elabora descripción de puestos, mantiene disciplina y limpieza, etc.
- ❖ Levanta inventario diariamente de los artículos de consumo, elabora requisiciones, supervisa calidad de los alimentos que llegan a la cocina, elabora hojas de costeos de recetas estándar, etc.
- ❖ Elabora menús, inspecciona porciones, guarniciones, limpieza y decoración de los platillos, colabora con el mantenimiento del almacén, supervisa limpieza de cocina, se mantiene pendiente de la variación de costos en alimentos y producto, etc.

Souschef

Es el responsable de la dirección y supervisión de las actividades que se lleven a cabo en la cocina, durante un periodo determinado y algunas funciones de este puesto son:

- ❖ Dirige, supervisa y controla las funciones de la producción de platillos, limpieza y mantenimiento del equipo, control de la materia prima. Asigna y supervisa tareas del personal a su cargo: cocineros, ayudantes de cocinero, etc.
- ❖ Asesora al chef en la elaboración del menú y de presupuestos, supervisa que la salida de alimentos de la cocina sea según el sistema de comandas. Requisita materia prima al almacén, mantiene informado al chef del funcionamiento de la cocina, etc.

Cocinero (Cocina caliente)

Es el responsable ante el chef de la preparación de alimentos en la cocina, puede tener ayudante de cocina caliente y algunas de las actividades que realizan son:

- ❖ Conoce los tiempos de cocción de los alimentos, conoce técnicas de ahumado, horneado, asado, etc.
- ❖ Conoce tipos de cortes de carne, amplía técnicas para almacenar alimentos, tiene listo el mise en place, elabora salsas, mantiene costos de alimentos según el presupuesto.
- ❖ Prepara guarniciones, botanas calientes, sopas y especialidades del día, prepara alimentos que estén bajo su responsabilidad, elabora el montaje de alimentos calientes, y debe siempre mantener limpia su área de trabajo y sus utensilios.

Cocinero (cocina fría)

Es dirigido por el chef, puede tener ayudantes en su área y sus obligaciones son las siguientes:

- ❖ Conoce las recetas estándar de cocina, prepara alimentos fríos para el restaurante, conoce y aplica técnicas de decoración y montaje, debe conocer la correcta preparación de los platillos fríos del menú.
- ❖ Prepara ensaladas (pollo, atún, camarones, mariscos, etc.). prepara cocteles ya sea de fruta o mariscos, elabora salsas frías, mayonesas, aderezos (mil islas, francesa, tártara, etc.).
- ❖ Diariamente revisa las cámaras frías, refrigeradores y mesa fría para supervisar que todos los alimentos del día anterior sean utilizados y saber que ingredientes o productos hacen falta para la elaboración de ese día.
- ❖ Elabora órdenes de carnes frías para botanas, requisita materia prima al almacén con autorización del chef, conoce y aplica técnicas para almacenamiento de alimentos
- ❖ Prepara guarniciones, porciones mise en place.

Pastelero

Es el responsable de la elaboración de lo correspondiente a pastelería, panadería.

- ❖ Elabora postres permanentes en la carta, postres del día, elabora con el chef el menú de postres, calcula precios de postres, prepara flanes, gelatinas.

Steward

Sus actividades primordiales de este puesto dentro del restaurante son:

- ❖ Limpieza general del área de cocina, lava y acomoda vajilla y cristalería, reparte loza y cristalería entre comedor de servicio y bar. Lava ollas, cacerolas, marmitas, equipo de cocina, etc.
- ❖ Limpia el área de recepción, lava planchas, parrilla, salamandras, muebles de acero, limpia estufas, hornos, vaporaras, refrigeradores, etc.

Desempeñé el puesto en área de cocina fría, donde era encargado de elaborar aderezos, vinagretas, salsas de servicio, postres, ensaladas, aperitivos, tapas, todo este tipo de preparaciones adecuadas para dicha área de cocina. Cada producto que era llevado a congelación o refrigeración tenía que ser etiquetado con fecha actual, tiempo de vida y nombre de la persona que hizo el etiquetado.

En el caso de los postres, cambiaba el display (charola o disco que muestra la serie de postres con los que el restaurante cuenta) en tiempo determinado para evitar la descomposición o una mala imagen del postre.

Para elaborar cada guarnición elaboraba una lista de insumos semanalmente, checaba cada producto sobrante a final de semana y determinaba su utilidad, así como tenía muy en cuenta cantidades. Al inicio de semana tenía 4 horas para tener toda la producción lista, en tiempo y forma para servir; cada preparación era llevada al área de línea, donde solo se llevaba a cabo la presentación del platillo listo para presentar al comensal.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Todas las áreas de un restaurante o todos los puestos que maneja una empresa en este caso restaurantera cuenta con una serie de actividades y tareas que deben llevarse a cabo de la manera más precisa posible, el grado de responsabilidad de cada área es sumamente importante ya que es para brindar un servicio de calidad y excelencia al cliente o comensal. Ningún producto dentro de la carta o menú puede ni debe ser negado al comensal.

3.3. Logística y Administración

La logística de un restaurante comienza muchísimo antes de poner en marcha al negocio, ya que se debe hacer previamente un estudio de mercado, diseñar el lugar ya que la eficiencia física es sumamente importante. Muchos clientes se sienten más atraídos por el sitio y la arquitectura del lugar que por el servicio de atención y los platos servidos en el sitio, por eso tan importante, si hablamos de un restaurante de categoría, una arquitectura acorde al sitio donde está ubicado.

También, forma parte de la logística del restaurante, la previa capacitación de los empleados que brindan la atención y el servicio a los clientes en forma directa.

Primero, se darán a conocer aspectos básicos del servicio:

- ❖ Como llevar los platos.
- ❖ A quien servirle primero.
- ❖ Control de tiempo de entrega de platos.
- ❖ Como controlar el léxico, ser claros, amables, pasivos y diversas cualidades que poseen las personas con vocación de servicio.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

La logística en sí, tiene como objetivo el mejoramiento máximo del servicio y en el caso de los restaurantes, el servicio es lo más importante y es la clave del éxito de los mismos. Sin duda alguna, antes de comenzar a organizar el nuevo negocio, es indispensable pensar en la logística.

La logística, ya no es un término nuevo para las empresas gastronómicas. En un entorno cada vez más competitivo, ellas apuestan por la diferenciación, y una de las formas de poder lograrlo y, consecuentemente, ser rentables, radica precisamente en el estudio y búsquedas de alternativas de las principales debilidades que afronta y el control minucioso de sus necesidades, de forma tal que les permitan disponer de los recursos en el momento preciso, para el servicio necesario del cliente.

En el caso particular de los restaurantes, estos indicadores se ven expresados en la generación de ingresos a partir de las ofertas que se hagan y la aceptación que de ellas tengan los clientes. Aceptación del producto, servicio, el restaurante mejoras del restaurante.

La logística de un restaurante, de alguna forma, permiten a la organización identificar que productos comprar, cuando cómpralo, a quien cómpralos y en qué cantidades, y a esto le sumamos: como ofrecer y que tiempo el servicio; pero no solo eso, estas herramientas permiten también a la gerencia del restaurante establecer, dar seguimiento y mejorar el servicio al cliente a la par que les permiten medir los niveles de satisfacción.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

El término "logística" (del inglés: Logistics) ha sido tomado para ser utilizado en el mundo empresarial como el término que, en un sentido general, se refiere: 1) al posible flujo de los recursos que una empresa va a necesitar para la realización de sus actividades; y 2) al conjunto de operaciones y tareas relacionadas con el envío de productos terminados al punto de consumo o de uso. Por tanto, no es una exageración el decir que el éxito final de un proyecto depende en una buena parte, de la logística.(Anaya, 2005)

La logística es el conjunto de los medios y métodos que permiten llevar acabo al profesionalista de una empresa o de un servicio. La logística de un profesionalista, en este caso la de un chef implica un cierto orden en los procesos que involucran a la producción y a la comercialización de un platillo.(Machado, 2005)

El restaurante "**Casa Ávila**" es un establecimiento que brinda una especialidad en cocina española, es de ambiente familiar, con una gran terraza dando vista desde lo alto a la ciudad de Morelia, Michoacán, lugar acogedor, de ambiente agradable y tranquilo, con servicio a la carta, tiene capacidad para atender a 150 personas, con una ambientación rustico-contemporánea española

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES



Ilustración 1 Restaurante Casa Ávila Morelia

La empresa gastronómica en todo momento busca impactar en el cliente a través de la calidad, la variedad, cantidad, el precio y el tiempo de servicio; pero a su vez busca crecer como empresa aumentando su valor y posición en el entorno de la actividad en que se desempeña.

El antiguo enfoque de que los productos se presentaban de la cocina al cliente y ya, ha cambiado, hoy la logística en cualquier sector, pero con gran influencia sobre el gastronómico busca un enfoque diferenciador. Ya no solo basta en pensar en producir y vender, si no como garantizar que esa producción sea rentable, satisfacer y proporcione beneficios en ambos sentidos del restaurante al cliente y del cliente al restaurante

3.4. Informática y Estadística

❖ Informática

La informática como ciencia nos ayuda al tratamiento automático de la información y se hace por medio de sistemas informáticos (ordenadores y computadoras).

El uso eficiente de las herramientas informáticas en hoteles y restaurantes, ayudan a realizar las tareas de todos los días, administrar la información, producir documentos y reportes de calidad.

Dichas herramientas nos ayudan a:

- ❖ Disminución de tiempos y movimientos.
- ❖ Incremento en la calidad de los documentos
- ❖ Facilidad para administrar los datos.
- ❖ Apoyo en la toma de decisiones.
- ❖ Facilidad para elaborar los reportes.
- ❖ Disminución del uso del papel.

Asimismo el uso de la tecnología de información en hoteles y restaurantes ayuda a mejorar la productividad de los procesos de negocio.

Estadística

La unidad estadística es la empresa que realiza como actividad económica principal alguna de las incluidas en el ámbito poblacional. La empresa es también la unidad informante, ya que al estar perfectamente definida y localizada y disponer de los datos contables y de empleo se facilita la respuesta y se obtiene información homogénea.

Tanto la informática como la estadística en el área laboral es muy importante ya que se elaboraban recetas, se costeaban, se hacían requisiciones, pero todas estas recetas eran enviadas desde la ciudad de México ya costeadas, porcionadas y listas solo para elaborar los platillos. En lo personal no tuve la oportunidad de tener acceso directo a la realización de dichas recetas y su proceso de cotización, costeo, etc.

La estadística es la ciencia que tiene como fin reunir información recabada con ayuda de la informática; es la parte de las matemáticas que se ocupa de los métodos para sacar conclusiones válidas y tomar decisiones razonables en tal análisis.

En el rango gastronómico la parte de informática y estadística es muy importante desde el momento en el que se quiere abrir un restaurante o al momento de hacer horarios, costeos, recetas, recabar información de clientes, proveedores, etc. Son herramientas de trabajo que facilitan y agilizan cualquier actividad relacionada, que pueda acoplarse a estas tecnologías o ciencias.

3.5. Diseño de Menú

Los menús como los conocemos ahora surgen a finales del siglo XVIII y a principios del siglo XIX en los restaurantes del Palais Royal de Paris el cual era el centro gastronómico de esa época en Paris. No eran menús individuales que se le repartían a cada comensal sino que eran pizarrones a la entrada de cada restaurante donde se presentaba la lista de los platillos. Los pizarrones del restaurante Rocher de Cancale y del hotel Americains se conservan hasta la fecha siendo estos de los más antiguos que se tenga memoria.

Fue en estos dos mismos establecimientos los primeros en presentar los menús individuales donde artistas los pintaban en algunas ocasiones a cambio de comida.(Anaya, 2005)

La palabra menú procede del francés “Menu”, es un término con varios usos de acuerdo al contexto. Puede tratarse del conjunto de los platos que constituyen una comida “desayuno, almuerzo, merienda o cena”.

El menú o minuta, es la lista de las preparaciones que constituyen una comida, es el punto de partida y llegada de todo servicio de alimentación, ya que alrededor de él giran todas las actividades de los diferentes subsistemas. De allí la importancia que tiene una adecuada planeación del programa de menús, que tenga en cuenta los factores que lo influyen y las reglas básicas para su elaboración.(Tejada, 2007)

Una vez elaborado el menú es necesario controlarlo específicamente por medio de la estandarización de las recetas y porciones y evaluarlo, para tener la certeza de que se ajuste a las necesidades y gusto de los comensales.

3.5.1. Algunos Tipos de Menú

❖ **Menú completo.** *Se compone de entremés, sopa o consomé, pescado o ave, ensalada o verdura, carne roja o blanca, quesos o postre, café o licor.*

❖ **Menús ambigús o buffet.** *Se componen de varios platos de la misma clasificación, pero de diferente variedad o gusto, como por ejemplo: ensaladas, embutidos, gelatinas, verduras, pescados, etc.*

❖ **Menú de cafeterías o servicio rápidos.** *En este tipo de menú se debe evitar el trabajo excesivo que requieren algunas producciones, poniendo en el menú platos fáciles de preparar y rápidos de servir, como: cocteles, sándwiches, asados, frituras, ensaladas etc.*

❖ **Menú de carnes.** *Se componen de 6 a 77 especialidades, cortes de carnes o aves al carbón, acompañada siempre de una ensalada o verduras, como o queso fundido. En esta clase de menú se economiza en nóminas y se brinda un servicio de especialidad.*

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

❖ **Menú Fijo.** *La característica más destacable de este tipo de menú es su rigidez. Es una forma muy consistente y sin posibilidad de elección por parte del cliente. Normalmente este tipo de menú son propios de establecimientos que trabajan con grupos, puede haber otros menús fijos orientados a banquetes o eventos especiales.*

❖ **Menú a la Carta.** *Es una oferta flexible que se compone de 3 o 4 grupos, cada uno de ellos con varios platillos donde el cliente puede elegir uno de cada grupo. El tipo de menú a la carta suele ser habitual en establecimientos de cierta categoría, para atender con mayor flexibilidad a los clientes. La rotación d este tipo de oferta vendrá determinada por el establecimiento, pudiendo ser diaria, semanal, quincenal o mensual.(Anaya, 2005)*

3.6. Mercadotecnia de Alimentos y Bebidas

La mercadotecnia es un proceso social y administrativo mediante el cual grupos e individuos obtienen lo que necesitan y desean creando e intercambiando productos de valor con otros.(William J. Stanton, 2007)

Un servicio es cualquier actividad o beneficio que una parte puede ofrecer a otra, que es intangible. Su producción puede o no estar vinculada a un producto físico. Las actividades como rentar un cuarto de hotel, depositar dinero en el banco, viajar en avión, ver una película, acudir a un restaurante y pedir un platillo o bebida implican todas estas compras un servicio.

3.6.1. Características del Servicio

Los servicios cuentan con ciertas características, que permiten que las podamos diferenciar de los bienes, existen 4 características primordiales para un servicio, los cuales se presentan y se definen de la siguiente manera.(William J. Stanton, 2007)

❖ *Intangibilidad*

Significa que los servicios no se pueden ver, saborear, sentir, oír ni oler antes de comprarlos

❖ *Inseparabilidad*

Los servicios no se pueden separar de los proveedores, no importa si esos proveedores son personas o máquinas. Tanto el proveedor como el cliente afectan el resultado del servicio.

❖ *Variabilidad*

Significa que la calidad de los servicios depende de quiénes los proporcionan, así como de cuándo, en dónde y cómo

❖ *Caducidad*

Es cuando los servicios no se pueden almacenar para su venta o utilización posteriores.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Satisfacer al cliente con cualquier tipo de producto gastronómico.

- ❖ Alimentos
- ❖ Bebidas
- ❖ Bares
- ❖ Restaurantes
- ❖ Destinos gastronómicos
- ❖ Eventos gastronómicos

Importancias de la mercadotecnia de servicios gastronómicos

- ❖ Saber vender nuestro producto
- ❖ Anticiparse al cliente
- ❖ Conocer nuestro mercado

Mercadeo

“Proceso mediante el cual, las empresas crean valor para los clientes y establecen relaciones sólidas con ellos obteniendo a cambio el valor de los clientes”

“Es la administración de las relaciones perdurables con los clientes”

La mercadotecnia en la actualidad, ha logrado un “impacto profundo” en la vida de millones de personas porque ejerce una influencia notoria en sus hábitos de compra y estilo de vida.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

La mezcla de mercadotecnia o llamado también marketing Mix, son las herramientas con las que dispone el responsable de la mercadotecnia para cumplir con los objetivos de la compañía. Por consiguiente se darán a conocer esas herramientas o también conocidas como las clásicas 4 P's (producto, precio, plaza, promoción), se expondrán y definirán para tener un poco más claro la mezcla de mercadotecnia, en qué consisten y cómo nos ayuda a tener éxito en nuestra empresa. (William J. Stanton, 2007).

La mercadotecnia surge como consecuencia de:

- ❖ Sobrevivir a un mercado más competitivo.
- ❖ Dificultad de entrar a nuevos mercados.
- ❖ Disminuir la incertidumbre en la apertura de nuevos negocios.
- ❖ Maximizar las utilidades.

Mezcla de Mercado*Ilustración 2 Mezcla de mercado*

Producto: Un producto son todos aquellos objetivos físicos, se puede llamar producto a cualquier cosa capaz de satisfacer una necesidad.

Precio: Es el costo del producto, es el valor tangible que se le da a ese satisfactor de necesidades.

Plaza: es el lugar, establecimiento, negocio o punto de venta en el cual se ofrece dicho producto asignándole un precio o valor determinado, la plaza debe cumplir varias características para la obtención de altas ventas, todo depende del mercado al cual se va dirigido.

Personas: las personas son el mercado meta o el objetivo definido al cual se le ofrece un producto, son los clientes ya sean potenciales o no, a los que se les brinda un producto a cambio de un costo.

Proceso: El proceso de la mezcla de mercado se comprende de las anteriores especificaciones, las cuales nos da como resultado la compra venta de productos dirigidos a un mercado definido.

3.7 Legislación en área Mercantil, Laboral y Turística

El Derecho mercantil es aquella rama del derecho privado que regula el conjunto de normas relativas a los comerciantes en el ejercicio de su profesión, a los actos de comercio legalmente calificados como tales y a las relaciones jurídicas derivadas de la realización de estos. Esto es, en términos amplios, la rama del Derecho que regula el ejercicio del comercio por los distintos operadores económicos en el mercado.

El conocimiento que se debe obtener en la gastronomía sobre derecho mercantil consiste en obtener las bases para la constitución de una empresa o sociedad así como los efectos jurídicos que producen los diversos contratos.

Dentro del proceso de formación de un negocio, la constitución legal de la empresa constituye un paso esencial. Sólo así el emprendedor logrará que su compañía sea considerada legalmente establecida por el Gobierno y pueda funcionar en forma regular.

La constitución de la empresa puede ser como Persona física, Sociedad anónima o como Sociedad de Responsabilidad Limitada. Cualquiera que sea la forma de constitución que el emprendedor decida para su empresa, deberá seguir una serie de trámites legales.

Conforme a las disposiciones legales vigentes en México, son doce los trámites que debes realizar y son los siguientes:

1. Permiso para constituirse como persona moral.

Se pide en la Secretaría de Relaciones Exteriores

2. Protocolización del Acta Constitutiva.

Se realiza ante el Notario o Corredor Público

3. Inscripción en el Registro Federal de Contribuyentes.

Deberás solicitarlo en el Servicio de Administración Tributaria (SAT).

4. Inscripción del Acta Constitutiva (Excepto Sociedades Anónimas, ya que el notario realiza el trámite).

Asiste al Registro Público de la Propiedad y el Comercio para pedirlo.

5. Aviso Notarial a la Secretaría de Relaciones Exteriores.

Este trámite lo realiza el Notario o Corredor Público.

6. Presentación ante el registro público de la propiedad y del comercio.

Este paso también lo resuelve el Corredor o Notario y lo debe presentar ante el Registro Público de la Propiedad y del Comercio.

7. Inscripción de la Empresa.

Se realiza ante la Tesorería General del Estado.

8. Solicitud de Uso de Suelo y/o Construcción.

Éste lo podrás obtener en la Secretaría de Desarrollo Urbano y Ecología.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

9. Inscripción ante el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) y el Instituto del Fondo Nacional para la Vivienda de los Trabajadores

INFONAVIT).

Este trámite consta de dos etapas, ya que el empresario debe registrarse como patrón y además inscribir a los trabajadores.

10. Inscripción de la Empresa en la Secretaría de Salud

11. Inscripción en el SIEM.

Deberás realizar este trámite en la Cámara Empresarial Correspondiente.

12. Establecimiento de la Comisión de Seguridad e Higiene, Comisión de Capacitación y Adiestramiento, e inscripción de los Planes y Programas de Capacitación y Adiestramiento.

Como dato extra, si participa inversión extranjera directa tendrás que:

- a. Asistir a la Secretaría de Economía para pedir un Registro de Inversión Extranjera.
- b. Pedir en la Comisión Nacional de Inversión Extranjera autorización para todos aquellos giros que no entran en el esquema automático.

3.8. Derecho Laboral

El Derecho laboral es una rama del Derecho cuyos principios y normas jurídicas tienen por objeto la tutela del trabajo humano realizado en forma libre, por cuenta ajena, en relación de dependencia y a cambio de una contraprestación. Es un sistema normativo heterónimo y autónomo que regula determinados tipos de trabajo dependiente y de relaciones laborales.

En esta rama del derecho es importante que el gastrónomo tenga conocimiento que en esta materia se rigen las relaciones laborales, que son aquellas que se establecen entre el trabajo y el capital en el proceso productivo. En esa relación, la persona que aporta el trabajo se denomina trabajador, en tanto que la que aporta el capital se denomina empleador, patronal o empresario. El trabajador siempre es una persona física, en tanto que el empleador puede ser tanto una persona física como una persona jurídica. En las sociedades modernas la relación laboral se regula por un contrato de trabajo, mismo que se define como el conjunto de normas que sistematizan la relación laboral.

A continuación se especifican los tipos de sociedades.

Clasificación de las empresas de acuerdo a sus formas jurídicas

Existen diferentes tipos de empresas que pueden adoptar formas jurídicas y las cuales son las que a continuación se especifican:

- ❖ *Individuales: el empresario es una persona física.*
- ❖ *Sociedades: estas se dividen en civiles, mercantiles, economía social; el empresario es una persona jurídica. (lobato, 2008)*

Clasificación de las empresas de acuerdo a su capital

- ❖ **Privadas:** se forma por aportaciones privadas de capital y todas las decisiones que se deben tomar, se hacen analizando las ganancias que se obtendrán.
- ❖ **Públicas:** se forma por la participación de capitales públicos o estables debido a la necesidad de intervención del estado en la economía.
- ❖ **Mixtas:** son aquellas que se componen de la fusión de capitales públicos y privado; ya sea que el capital público sea mayoritario que el privado o viceversa, o que los dos capitales sean del mismo porcentaje.

Tipos de sociedades mercantiles

Las sociedades mercantiles se hicieron con el fin de que una o varias personas puedan efectuar actos de comercio. Existen diversos tipos de sociedades con sus propias características y se especifica a continuación. (rodriguez, 2002)

Sociedad anónima. La sociedad anónima es una sociedad mercantil con denominación de capital fundacional dividido en acciones, cuyos socios limitan su responsabilidad al pago de las mismas.

Sociedad de responsabilidad limitada. Es una sociedad mercantil con de nominación o razón social, de capital fundacional, dividido en participantes por títulos negociables, en la que los socios solo responden con sus aportaciones, salvo en los casos de aportación suplementaria y asesoría permitida por la ley.

Sociedad de nombre colectivo. La sociedad colectiva es la forma más espontanea de organización mercantil, es una sociedad mercantil, que existe

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

bajo una razón social y en la que los socios responden de modo subsidiario, ilimitada y solidariamente de las obligaciones sociales.

Sociedad de comandita simple. Es una sociedad mercantil, personalista, que existe bajo una razón social y se compone de uno o varios socios comanditados que responden de manera subsidiaria, ilimitada y solidariamente, de las obligaciones sociales y de uno o varios comanditarios, que únicamente están obligados al pago de sus aportaciones.

Sociedad cooperativa. Es una sociedad mercantil, con denominación, de capital variable, fundacional, dividido en aportaciones iguales, cuya actividad social se presenta exclusivamente a favor de sus socios que solo responden limitadamente por las operaciones sociales.

Régimen de pequeños contribuyentes. Se creó para personas físicas que realizan actividades empresariales con ingresos de hasta 2.2 millones de pesos. El régimen consiste en la realización de pagos semestrales de un impuesto equivalente al 20.5% de los ingresos brutos del contribuyente, disminuidos a tres salarios mínimos.

Régimen intermedio de contribuyentes. Podrán tributar en este régimen, únicamente personas contribuyentes que realicen actividades empresariales:

- ❖ Comerciales
- ❖ Industriales
- ❖ Agricultura
- ❖ Ganadería
- ❖ Silvicultura
- ❖ Pesca

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Sus ingresos en el ejercicio anterior no hayan excedido de \$4'000,000.00 podrán pagar el ISR (impuesto sobre la renta) conforme al régimen inmediato a las actividades empresariales.

3.9. Turismo

En México el turismo social se incluye en las políticas gubernamentales a partir de los años setenta y se le concibe como actividad caritativa, asistencial o retributiva a grupos sindicales con vínculos políticos importantes. Esta posición lleva a subsidiar el viaje, lo que lo hace exclusivo, desvirtuándose el sentido y la imagen original.

La importancia del turismo para la economía mexicana es indudable, sus beneficios no sólo se reflejan en ser una industria que genera empleos y detonador del desarrollo regional, sino que además es factor de difusión de atractivos culturales y naturales.

México ofrece una extensa variedad de atractivos turísticos: la herencia de civilizaciones prehispánicas y el desarrollo de sitios arqueológicos como símbolos de identidad nacional, la incomparable belleza de sus playas, el encuentro de los vestigios de culturas milenarias conjugadas con grandes urbes, extensas áreas naturales con elementos históricos que lo hacen único en el mundo, así como una infraestructura turística de vanguardia internacional.

3.9.1 Turismo Gastronómico

En la actualidad, existen muchos tipos y modalidades de turismo de acuerdo con el interés particular del viajero, es decir, del propósito u objetivo que motiva el viaje; en este sentido, encontramos que hay quienes visitan un destino en particular sólo para conocer y experimentar determinados tipos de comidas y bebidas particulares de la región, para conocer las especialidades gastronómicas que se preparan con motivos o en fechas específicas que coinciden con fiestas cívicas o culturales de importancia local y/o nacional ó porque son de temporada, para conocer sus ingredientes e incluso para aprender a prepararlos, es decir, para descubrir nuevas sensaciones y experiencias culinarias, a eso es a lo que llamamos Turismo Gastronómico, que está creciendo en el ámbito mundial paulatinamente.

Son muchas las aportaciones de México al mundo, pero entre las más importantes y significativas están el cacao y el chocolate; los antiguos mexicanos producían cacao desde mucho tiempo antes de la llegada de los españoles y era tan preciada que se utilizaba como moneda de cambio. El maíz también tiene su origen en México y es la base de la tradicional comida mexicana. La calabaza, el nopal, el aguacate, la flor de noche buena y la dalia, son también, entre otros, importante productos de origen mexicano y, por supuesto, mención especial merece el chile, que ahora su consumo se ha expandido por todo el mundo.

Al tomar la decisión de un viaje turístico, generalmente el destino es el principal elemento a considerar, es decir, a dónde se quiere ir y por qué y, esta decisión incluye también la elección del resto de los elementos que hacen posible el viaje: el transporte, el alojamiento, la comida, las diversiones, etc. En el marco del destino la gastronomía destaca por su importancia, pues forma parte de la cultura que lo define; sin su gastronomía

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

el destino queda incompleto como producto turístico, asimismo, las tendencias actuales del turismo buscan tener una relación más directa con las comunidades que se visitan y vivir sus costumbres, en este tenor, la gastronomía es un factor determinante.

3.10. Ética en Empresas de Servicios Alimenticios

Toda área laboral o de servicio debe tener una ética profesional, la cual sea aplicada en el trabajo, con los clientes y con los compañeros de dicho trabajo. Algunos puntos sobre la ética que debe tener el empleado en gastronomía pueden ser:

- ❖ El chef respetará el trabajo y la independencia de otros profesionales y exigirá que otras profesiones no asuman lo que a él le corresponde. Buscará los medios apropiados para la colaboración interdisciplinaria en beneficio de la persona.
- ❖ Respetar a sus subalternos, incluyendo a todo el plantel de trabajadores del establecimiento.
- ❖ No aplicar métodos, ingredientes o procedimientos que puedan poner en riesgo la salud de ninguna persona (empleados y clientes).
- ❖ Enseñar y aprender de sus compañeros (sin importar los rangos).
- ❖ Poner todo su esfuerzo en desarrollar un ambiente de trabajo agradable.
- ❖ Valorar el esfuerzo y progreso
- ❖ Valorar el esfuerzo y progreso de sus subalternos.

- ❖ Mediar entre los intereses de la empresa sin menoscabar los del empleado.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

- ❖ Renovar técnicas y procedimientos constantemente.
- ❖ Mantenerse permanentemente actualizado o al menos al tanto de las tendencias del medio
- ❖ El gastrónomo deberá buscar un equilibrio entre la economía y la sana alimentación sin discriminación de ningún tipo y con la mayor veracidad que exista
- ❖ Siempre trabajará de manera colectiva y deberá mostrar compañerismo ante todo para llegar a la meta en común.
- ❖ Mostrar el respeto y dedicación en el trabajo para incentivar a los compañeros y obtener recompensas.
- ❖ Unificarse como un solo individuo en el trabajo para así salir adelante y sobrellevar ante las adversidades que se presenten y no pasar por alto las autoridades para nuestro bien.
- ❖ Mostrar la mayor disposición de prestar el servicio ante los clientes que lo soliciten para que así tenga la confianza de volver al lugar.
- ❖ Lograr una formación integral.
- ❖ Mostrará respeto por los jefes y lugares donde laboró.
- ❖ Deberá actualizarse continuamente para prestar cada vez más un mejor servicio.
- ❖ Fomentar el respeto a la cultura gastronómica de pueblos y naciones.
- ❖ Impulsar el desarrollo de la creatividad en las artes culinarias.
- ❖ Ser consciente de los productos que utiliza en su trabajo y como los desecha.
- ❖ Se debe fomentar en el trabajo el uso de productos ecológicos y la reutilización para evitar la contaminación.

El área de logística es una parte importante dentro de cualquier empresa ya sea con giro restaurantero o no, pero con esta experiencia, la logística en los lugares donde estuve trabajando estaba diseñada dependiendo el giro del

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

lugar, gusto o aprecio del propietario. Es un tema donde se seguían instrucciones de elaboración, decoración, ambientación.

En el área administrativa la persona encargada de dicho sector era el gerente general, él se encargaba de muchas actividades relacionadas con la administración, entre ellos está el pago del personal, que se hacía cada 15 días a la cuenta bancaria del empleado y como trabajadores firmábamos el baucher, los proveedores llegaban cada 8 días al restaurante y se les liquidaba al momento de recibir la mercancía; las actividades del área administrativa son bastantes, las anteriores solo son algunas de tantas.

En el campo de la informática y estadística, diseño de menú, mercadotecnia de alimentos y logística en área mercantil, son áreas que desconozco laboralmente su realización, ya que en los restaurantes donde laboré, todas estas zonas o áreas de la empresa ya estaban diseñadas y tenían ya una organización fija así como orden, tiempo y espacio concretos, lamentablemente no tuve la fortuna de tener conocimiento profundo de la forma de trabajar en estas áreas.

Respecto a la ética en empresas de servicio, creo que influyen muchos factores para tener una ética de excelencia, la forma en que los empleados conviven y se unen para sacar adelante el trabajo, ya que si los trabajadores no llevan una buena relación difícilmente el esfuerzo y la dedicación que se pueda llevar a cabo recae en un buen resultado; de igual manera el profesional tiene y debe ser ético en cada decisión, opinión y acción, y su comportamiento siempre debe ser el mejor hacia con el comensal.

Para tener una buena ética se tiene que distinguir los valores de la empresa y la ética de la misma, ponerlos en práctica y siempre ejercer una postura inteligente y adecuada para el tipo de ambiente de trabajo y para la relación cliente – empleado.

CAPITULO 4. TÉCNICAS CULINARIAS

Las técnicas culinarias son el aprendizaje o conocimiento básico que se da en el área gastronómica, pero muchas de las veces en el ámbito laboral estas mismas técnicas aprendidas en la institución no siempre eran las mismas que se aplicaban en el trabajo; muchas de estas técnicas eran modificadas por la escases de tiempo y de utensilios de cocina, así como defectos en el mobiliario o instalaciones.

En uno de los restaurantes, la cocina se divide en 3 partes: línea donde se servían los platos, producción donde se preparaban todos los alimentos “misen plase”, esta área tenía una persona encargada de realizar toda la producción, excepto del área de cocina fría; y la parte de lavado.

Como encargado de cocina fría y repostería, elaboraba un **chek list** con una rotación semanal, así seleccionando artículos o alimentos que eran necesarios para la siguiente semana. Cada empleado que se encontraba dentro de la cocina debía tener conocimiento amplio de todas las áreas, cocina fría, cocina caliente, parrilla, producción, para así lograr un trabajo en equipo y tener apoyo.

Se contaba en el lugar con un somelier, encargado de ofrecer algún tipo de vino dependiendo el platillo del comensal, se tenía un barman el cual preparaba todas las bebidas desde café hasta cocteles.

En higiene, la empresa daba una capacitación a todo el personal de la higiene personal del empleado manipulación de los alimentos, su forma de limpiar cada insumo, saber el estado en el que deben llegar los productos o insumos del proveedor al consumidor, como guardar o almacenar dichos productos o materias primas, el cocinero debía portar una apariencia pulcra, cubre bocas, cofia, gorro y un uniforme limpio.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Comer en México no es una aventura si no un placer. La tradición de su cocina se inicia en los albores de la Colonia, al fundirse la comida sencilla de los aborígenes con la compleja de los españoles, esta se beneficia por los nuevos productos de la tierra y particularmente por las especias descubiertas, todo lo cual establece normas para una gran variedad de manjares nuevos. Esta cocina, siempre en evolución, constituye solo el tipo de cocina criolla, resultado de la fusión de los pueblos.

Pero lo que podemos considerar como “Cocina Internacional” se manifestó durante fines de 1800 y principios de 1900. En este periodo, y bajo la presidencia del general Porfirio Díaz, toma fuerza y representación una aristocracia como la de Europa que contrata a buenos cocineros, incluso, de aquella parte del mundo, especialmente franceses e italianos, lo que le da a la cocina un carácter universal. Puede decirse que fue una época muy grata para los paladares exigentes.(Anaya, 2005)

Al finalizar este periodo, terminó esta aristocracia y se vivió una larga crisis en la que, bajo el pretexto de reestablecer las costumbres sencillas, decayó totalmente el interés por la comida; el insipiente turismo de aquellos tiempos quedo rezagado y la tensión de una fina alimentación se descuidó.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Las técnicas culinarias basadas en principios científicos son la forma correcta de proceder con cada alimento para lograr resultados de alta calidad.

Para asegurar la excelencia en el trabajo culinario deben considerarse los siguientes elementos; la correcta selección de alimentos en su punto de madurez, higiene en el proceso, corte adecuado, cocción apropiada, conocimiento sobre el uso de condimentos, uso del equipo adecuado, elaboración de recetas estandarizadas, la práctica y la imaginación. Sin olvidar servirlos atractivamente y temperatura adecuada.(Flores, 2004)

4.1 Cocina Fría Y Caliente

En el área fría se preparan ensaladas, guarniciones, salsas, aderezos etc. Y lo que conforma el área caliente se preparan caldos, guarniciones, carnes, pastas etc. Y se debe de llevar un control tanto en el área fría y caliente en cuanto a las temperaturas de los alimentos.

A continuación nos adentramos en el tema explicando estas dos partes de la cocina indispensables para un restaurante.

En el mundo gastronómico existen técnicas culinarias o de preparación y/o cocción de los alimentos y casi todos los alimentos deben ser procesados previamente antes de su utilización.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Pasos o procesos previos para la cocción de alimentos.

- ❖ Los trabajos de preparación incluyen: lavar, poner en remojo, ablandar, limpiar, pelar y raspar.
- ❖ Los trabajos de acondicionamiento incluyen: cortar, rallar, blanquear.
- ❖ Los métodos de cocción hacen posible que podamos disfrutar de muchos alimentos. Dichos métodos son: cocer, escaldar, cocer al vapor, estofar, glasear, gratinar, asar, emparrillar, freír y brasear.

A continuación se describen las 4 formas de cocción.

- ❖ **Conducción.** La energía se transmite de molécula a molécula por contacto directo con la fuente de calor, haciendo que la conducción sea más rápida en sólidos, después líquidos y al final los gases.
- ❖ **Convección.** El calor llega al alimento por medio del aire, agua o grasa, es decir fluidos (líquidos y gases).
- ❖ **Radiación.** Es un medio de calentamiento muy rápido, ya que viaja a la velocidad de la luz, por ejemplo la flama, parrilla, carbón encendido, tostador, etc.
- ❖ **Microondas.** Son un tipo de radiación electromagnética y producen un cambio térmico en los objetos que las absorben.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Cocer significa preparar los alimentos crudos, ya sea animales o vegetales con la ayuda del calor. Así son más fáciles de digerir y además la cocción desarrolla, transforma o refuerza sabores, mejora o retiene colores y texturas, y destruye microorganismos patógenos, enzimas y sustancias tóxicas.

No existe un método de cocción mejor que otro. La selección del método dependerá de alimento que se va a cocer, algunos alimentos quedan mejor cocidos a fuego lento (baja temperatura y tiempo prolongado). Una vez logrado la ebullición, se baja el fuego para que el líquido no se evapore y se conserve los elementos aromáticos.(Martinez, 2010)

Otros alimentos desarrollan su sabor al máximo cuando se asan a temperaturas elevadas. Según sean su forma de cocción las preparaciones se clasifican en distintas categorías: asados, al vapor, estofados, frituras, etc.

Se dice que cocina fría es todo lo compuesto de aperitivos, acompañamientos, ensaladas o guarniciones. Además son platos que se sirven fríos como por ejemplo las gelatinas de ave, las ensaladas, los embutidos, los mouse, las botanas, etc.

En cambio se dice que la cocina fría nació con los cambios de hábitos sociales experimentados en los últimos años y la reducción de disponibilidad de tiempo para las labores domésticas; esto lleva a un incremento notable de la demanda de comida rápida, preparada o comida fría.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

La cocina caliente, en cambio, es donde se lleva a cabo la preparación de todos los alimentos que requieren una cocción previa para ser servidos, y de la terminación de los mismos. Se preparan caldos, fondos, sopas, salsas calientes, entradas, verduras, guarniciones, asados, cocidos al vapor, horneados, asados, frituras, rostizados y recalentados.

Cocer significa preparar los alimentos crudos, ya sea animales o vegetales con ayuda del calor. Así son más fáciles de digerir y además la cocción desarrolla, transforma o refuerza sabores, mejora o retiene colores y texturas, destruye microorganismos patógenos, enzimas y sustancias tóxicas. (Flores, 2004)

La selección del método de cocción dependerá del alimento que se va a cocer, y son los siguientes.

Hornear.- las comidas hornadas se cuecen en condiciones secas en el horno, donde de la fuente de calor es por radiación o por convección. En el proceso se incluye vapor, ya que libera de forma natural de la comida durante el cocimiento.

Uso:

- ❖ Carne y pescado
- ❖ Pasteles y postres
- ❖ Vegetales y papas

Hervir.- los alimentos hervidos se cubren completamente con líquido (caldo de carne o con agua) durante el proceso de cocimiento. El calor se conduce al agua mediante el contacto directo entre la olla y el quemador.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Uso:

- ❖ Carne y aves de corral
- ❖ Vegetales
- ❖ Jugo de carne

Estofar.- es una combinación de guisar y asar. La carne o vegetales se sellan al sofreírlos y después se colocan sobre una capa de vegetales con un poco de líquido. A la vasija se le pone una tapa ajustada.

A lo largo del proceso de cocimiento, parcialmente se retira la tapa y se deja dorar la carne o los vegetales. Este método reduce el encogimiento d, desarrolla el sabor y retiene el valor nutritivo de la comida. El líquido se debe servir como parte de la comida, o usar como base para salsa.

Uso:

- ❖ Cortes medianos de carne
- ❖ Aves de corral
- ❖ Vegetales

Freír.- es un método rápido de cocimiento. Se logra mediante la colocación de la comida en manteca o aceite precalentado. La temperatura o el tipo de manteca o aceite se deben controlar con cuidado para unificar los requisitos de cada alimento particular que se está cocinado.

Uso.

- ❖ Carne y pescado empanizado
- ❖ Buñuelos
- ❖ Frituras de carne molida rebozada con pan molido, por ejemplo croquetas.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

- ❖ Vegetales, por ejemplo papas a la francesa

Asar a la plancha.- la plancha o parrilla es una lámina maciza de metal. Para cocer rápidamente la comida se coloca directamente sobre la superficie precalentada y ligeramente engrasada. La carne muy gruesa se debe voltear durante el cocimiento para dorar ambas superficies y para cerciorarse de que la carne se cueza bien.

Uso:

- ❖ Huevos
- ❖ Hamburguesas
- ❖ Carne por ejemplo: filetes

Asar a la parrilla.- para asar sobre el calor la comida se coloca sobre una parrilla para asar precalentada y preengrasada, y se deja esta que se dore y se cueza completamente.

El aspecto de la comida y el término de cocción de cocimiento se ayudarán mediante el volteo del artículo en intervalos regulares.

Uso.

- ❖ Pescado
- ❖ Cortes finos de carne
- ❖ Aves de corral

Microondas.- en los hornos de microondas la comida se cuece como resultado de la actividad de las ondas de radio de alta frecuencia, generadas por el magnetrón. Sin embargo, la comida se cuece uniformemente, el centro se cuece en el mismo tiempo y proporción que el exterior, a diferencia de

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

otros métodos. Donde el calor se mueve del exterior del artículo y gradualmente penetra al centro.

Uso:

- ❖ Cocer comida cruda
- ❖ Descongelación de comida
- ❖ Calentar comida preparada

Escalfar.- este método de cocimiento moderado que conserva la textura del alimento y lo hace más fácil de digerir. También ayuda a conservar el sabor. Es un método de cocimiento ideal para preparar comida para bebés, enfermos o personas con problemas digestivos.

Uso:

- ❖ Huevos
- ❖ Pescado
- ❖ Fruta
- ❖ Aves de corral

Al vapor.- es el método de cocimiento por calor húmedo. Suaviza la comida y cuece sin dorar, la comida al vapor es fácil de digerir, conservan el color, la textura, el sabor y los nutrimentos de la comida.

Uso:

- ❖ Pescado
- ❖ Carne
- ❖ Aves de corral
- ❖ Budines

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

- ❖ Vegetales
- ❖ Descongelar y calentar comida congelada por tandas para servicio

Guisar.- la comida guisada se cuece lentamente con poco líquido, por ejemplo: caldo para entradas, jarabe para platillos dulces. El largo cocimiento lento ayuda ablandar la carne, desarrolla el sabor y reduce el cocimiento.

Uso.

- ❖ Cortes medianos de carne
- ❖ Fruta
- ❖ Aves de corral

Las temperaturas adecuadas para la cocción de ciertos alimentos es la que a continuación se presenta.

Temperaturas interna de cocción de los alimentos:

Temperatura interna mínima de los alimentos	Tipo de alimento
74°C por 15 segundos	Aves
69°C por 15 segundos	Carnes
63°C por 15 segundos	Pescados y mariscos
63°C durante 4 minutos	Cortes
62°C	Servicio

Tabla 1 Temperaturas internas de cocción de los alimentos

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

El equipamiento pesado que se encuentra en este sector de la cocina caliente es: horno, fuegos (se le dice así a las quemadores), planchas, parrillas o grillas, freidoras, baño maría, etc. El equipamiento liviano: cacerola, sartén, grillas individuales, coladores de pasta, etc. todo depende de qué tipo de menú se elabore.

En el área laboral donde me estuve desempeñando, no todos los restaurantes cuentan con altos estándares de calidad, ya que en algunos no se les exigía traer el uniforme completo o el uso correcto del mismo. Ya que a mí, por ejemplo como estudiante se exigía el uso correcto del uniforme, que se vistiera completo y limpio; son detalles que cambian los hábitos adquiridos en la universidad.

En algunos de los restaurantes se daban capacitaciones sobre el manejo higiénico de los alimentos, y se nos enseñaba como teníamos que recibir la mercancía de los proveedores entre otras y el lavado y desinfección de los alimentos.

También se nos enseñó el lavado correcto de las manos, cada mes acudían al restaurante hacer pruebas de calidad en la preparación de los alimentos, inspeccionaban refrigeradores, hornos, cámaras de refrigeración, línea de producción, tajar, tablas, pisos, paredes, almacén, y que cada producto que se elaborara estuviera etiquetada correctamente. Eran muy exigentes con ese tipo de supervisiones, se revisaba que todo alimento estuviera en buen estado y que la cocina se estuviera siempre limpia, se nos hacían preguntas de ¿cuánto tiempo se deben dejar desinfectar los alimentos? Que el personal de cocina trajera su uniforme completo que era (pantalón, zapato cerrado, filipina, cofia, cubre bocas, gorro y su trapo) ya que se no se estaba se sancionaba a la empresa.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Y en otros restaurantes casi no iban los de calidad a checar como estas algunas de las cocinas y en algunas de ellas no tenían conocimiento de esto.

Laboralmente hablando la cocina fría y cocina caliente implican mucha responsabilidad, más en los cortes y en preparaciones. En cocina fría se debe tener todos los alimentos a una temperatura adecuada dependiendo el producto, se preparan ensaladas, salsas, guarniciones, postres, aperitivos, vinagretas, aderezos, etc. Se hace uso de las cámaras de refrigeración y se mantenían en buen estado para la buena congelación de los alimentos, se proporcionaban los productos para las demás áreas de la cocina.

En cocina caliente y parrilla se debe tener bastante cuidado con la cocción y con los términos de las carnes, se tiene que entregar o disponer todo platillo en temperatura adecuada y caliente, las carnes se tenían que descongelar y congelar adecuadamente y tener la carne necesaria para suministrar las comandas del día.

En cambio se dice que la cocina fría nació con los cambios de hábitos sociales experimentados en los últimos años y la reducción de disponibilidad de tiempo para las labores domésticas; esto lleva a un incremento notable de la demanda de comida rápida, preparada o comida fría.

La higiene en los alimentos y dentro del área de trabajo es indispensable; los métodos higiénicos para almacenar y mantener los alimentos en buen estado son los que se especifican de la siguiente manera:

Recepción.- se verifica que la materia prima cumpla con especificaciones establecidas. Los productos congelados deben estar perfectamente congelados y los refrigerados, por debajo de los 4°C.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Descongelación.-debe llevarse a cabo en el refrigerador o se hace bajo el chorro de agua fría, y en algunas preparaciones el horno de microondas es otra opción.

Limpieza y desinfección.- carne cruda, pescado y mariscos deben lavarse al horro de agua fría, frutas y verduras se lavan y desinfectan. Nunca se debe utilizar la misma tabla para picar alimentos crudos y cocidos.

Cocción.- el calor destruye microorganismos, por lo tanto es importante oer lo mejor posible los alimentos.

Temperaturas de cocción.

Zona de peligro	4° a 60° C
Cocción del cerdo y carne molida (temperatura interna)	68°C o más
Cocción de aves o carnes rellenas	74° C
Cocción de todos los alimentos n general	60° C o más

Tabla 2 Temperaturas de cocción

Temperaturas de almacenamiento y recepción

Almacén de secos	10 – 20 °C
Almacenamiento en refrigeración	4°C
Almacenamiento en congelación	-18°C
Recepción de alimentos congelados	-18° C
Recepción alimentos refrigerados	4°C o menos

Tabla 3 Temperaturas de almacenamiento y recepción

Temperaturas de conservación

Conservación en caliente	60° C o más
Conservación en frío	4°C o menos
Recalentamiento	74° C

Tabla 4 Temperaturas de Conservación

4.2. Repostería, Confitería Y Panadería.

4.2.1. Repostería

Antiguamente la palabra repostería tenía como significado “despensa”, era el lugar donde se guardaban provisiones y en donde se elaboraba los dulces, las pastas y embutidos.(Flores, 2004)

Desde el principio del siglo XVIII, la palabra repostería significa el arte de confeccionar pasteles, postres, dulces, turrónes, helados y bebidas licorosas.

Por su parte la repostería está considerada como un arte delicado por la infinita variedad de ingredientes que son utilizados en su confección y por las

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

diferentes presentaciones que puede tener un postre o un pastel en donde se mezclan diversos sabores y consistencias; y el elemento principal e indispensable para la elaboración es el AZUCAR, pues todos los platillos son dulces.

4.2.2. Confitería

La confitería es el arte de confeccionar dulces y golosinas de tamaño pequeño que deben ser preparados o elaborados con perfecta presentación.

La confitería comenzó a utilizarse en el siglo XVIII gracias al cocinero Antonín Careme, quien inventó una serie de pastelitos muy pequeños con el nombre de “petit four” y eran preparados con pastas de repostería y rellenos con crema pastelera o cremas de mantequilla.

En el siglo XIX no solamente eran pastelitos, ya se presentaban mazapanes, frutas cristalizadas, piezas de chocolate, pralinés, y otros dulces en miniatura.

Actualmente se sirven al final de una comida o cena de gala, así como después de un buffet, etc. A estas piezas de confitería se les conoce en Francia como “mignardises”.

4.2.3. Panadería

El pan es el alimento tradicional que ocupa los primeros lugares en consumo. Se elabora básicamente con harina, sal y levadura. El valor nutritivo del pan

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

depende del tipo de harina utilizada; si es harina muy cernida, como la que se usa para el pan blanco, su valor nutritivo es muy bajo; si no está muy cernida como el pan integral su nivel nutritivo es más elevado y rico.

La fabricación o elaboración del pan se hace en 3 pasos:

- a) **Amasado:** consiste en hidratar la masa con agua, añadir sal y levadura.
- b) **Fermentación:** se lleva a reacciones químicas que hace que la masa se hinche y logre una consistencia específica y especial y este proceso dura 4 horas.
- c) **Cocción:** es someter la masa a un calor seco para obtener una cocción completa.

4.3 Vinos, Cervecería, Cafetería

4.3.1 Vinos

Los vinos se producen mediante la fermentación de las uvas. Pueden ser no espumosos o burbujeantes “espumosos”.

Los vinos se seleccionan para complementar el sabor de platillos determinados que constituyen la comida completa. (Reay, 2003)

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

El color del vino es:

- ❖ Tinto: se marida con carne roja
- ❖ Rosado (rosé): se marida con carne ligera
- ❖ Blanco: se marida con carnes blancas como pescado, carnes ligeras, primer plato, algunos dulces.

El vino puede ser:

- ❖ Dulce: con platos dulces y frutas
- ❖ Seco (fuerte): pescado y carne ligera.

Existen los vinos aperitivos que se utilizan para abrir apetito y hacer que empiecen a trabajar los jugos gástricos; entre estos están amargos, Vermouth, vinos especiados.

También se encuentran vinos para encabezar a los cuales se les ha añadido una cantidad de licor, pueden ser dulces, semidulces o secos por ejemplo: Oporto, Madera, Jerez. Se pueden utilizar como aperitivo, pero con más frecuencia se beben al terminar la comida para asentar el estómago. También se utilizan para dar sabor a platillos dulces.

El uso del vino como bebida se remonta desde la antigüedad y se le cita en la mitología como placer de los dioses del Olimpo. Gran variedad de esta importante bebida se produce en México; los primeros viñedos estuvieron en Puebla, Michoacán, Querétaro, Oaxaca, Coahuila, Guanajuato y el territorio de California. (Anaya, 2005)

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

En la actualidad la industria mexicana alcanza cifras considerables en la producción de uva, tanto consumo como fruta y elaboración de vinos.

En el ámbito laboral el chef, sub chef y mesero deben tener conocimiento de vinos ya que al comensal se le debe brindar la mejor calidad y producto, ofertar el vino adecuado para sus alimentos y tener un maridaje de excelencia.

El maridaje es la relación o la unificación del vino con la comida, es el saber congeniar o ligar los sabores, texturas y olores del vino con la comida. Es encontrar armonía de sabores, consistencias, contrastes, entre otras características del vino y la comida.

4.3.2. Cafetería

La palabra cafetería se define como establecimientos cuales quiera que sea su denominación que su oferta se base principalmente en el servicio de:

Bebidas frías y calientes (helados, batidos, refrescos, infusiones, etc.)

Platos fríos y calientes, simples o combinados, elaborados generalmente en la plancha (sándwich, bocadillos, hamburguesas, raciones, etc.)

Esta oferta un servicio al público en general, mediante precio, para ser consumido en barra o en mesa y a cualquier hora del día que permanezca abierto el establecimiento.

El sector de las cafeterías ha mantenido en la última década un ritmo muy alto de expansión, en parte porque es en este sector donde se

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

agrupan administrativamente la mayoría de los establecimientos de la nueva restauración. (Ortiz, 2010)

4.3.3. Cervecería

La cerveza se fabrica de la fermentación de la cebada convertida en malta, se le da sabor con lúpulo y otros ingredientes, según el tipo de la cerveza. Se suministra en cubas, barriles y barrilitos, en botellas y latas. Se usa como bebida general, para servir con comida ligera, comida y botanas en las tabernas.(Reay, 2003)

❖ Tipos de cerveza:

Cerveza espesa y amarga: oscura, clara, ligera. Estas pueden ser añejas, amargas, suaves, de malta.

Una cervecería es aquel establecimiento donde sirve cerveza como especialidad, ya sea de barril, artesanal, etc. En dicho establecimiento se pueden vender además de cerveza alguna botana o alimentos de preparación sencilla al igual que otro tipo de bebidas alcohólicas.

En México las cervecerías se conocen más con el nombre se cantinas, tabernas, bares, etc.



Ilustración 3 Cerveza

4.4. Higiene en los Alimentos

La higiene es una ciencia aplicada que como finalidad conservación de la salud. Cuando la higiene se refiere a la elaboración y al servicio de alimentos se suelen dominar manejo higiénico de alimentos, y el conjunto de acciones de orientación, educación muestreo y verificación que debe efectuarse para proteger la salud del consumidor para lo cual son necesarios reglas sanitarias que se deben cumplir tanto en la preparación de los alimentos como en lo personal y en los establecimientos, en los puntos críticos presentes durante el proceso, lo que permite reducir aquellos factores que influyen en la enfermedades transmitidas por alimentos (ETAS). LA NOM 093-SSA1-1994 fue establecida con ese propósito. La higiene de los alimentos comprende los aspectos desde la concha o matanza, recepción, procedimiento, almacenamiento, transporte, preparación, cocción, mantenimiento hasta el servicio de alimentos. Constituye el primer paso para la conservación de los alimentos.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

NORMA OFICIAL MEXICANA. sub secretaria de regulación y fomento sanitaria-dirección general de control sanitaria de bienes y servicios. Prácticas de higiene en la preparación de alimentos que se ofrecen en establecimientos fijos.

4.4.1. Objetivos de la Higiene

Basándonos en el libro de ***“Iniciación a las Técnicas Culinarias”*** de Graciela M. de Flores se especifica de la siguiente manera los objetivos de la higiene y las fuentes de contaminación en los alimentos.

- ❖ Proveer alimentos seguros y sanos.
- ❖ Mantener un ambiente limpio y seguro.
- ❖ Contar con manipuladores sanos.
- ❖ Prevenir la contaminación con microorganismos que causan enfermedades.
- ❖ Minimizar factores físicos, químicos, bioquímicos y biológicos que causan el deterioro en los alimentos.

Si los objetivos no se cumplen, las consecuencias de prácticas sanitarias incorrectas pueden ocasionar:

- ❖ Daños a la salud de los comensales: enfermedad o muerte.
- ❖ Pérdidas económicas.
- ❖ Mermas en la mercancía.
- ❖ Rechazo al producto o institución.
- ❖ Pérdida de confianza del comensal o del consumidor.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

- ❖ Desprestigio.
- ❖ Clausura del negocio o sanciones.

Fuentes de Contaminación

Para poder aplicar medidas de higiene es necesario identificar las fuentes de contaminación:

- ❖ El alimento
- ❖ Equipo y utensilios
- ❖ Manipulador de alimentos
- ❖ Agua y aire
- ❖ Tierra y polvo
- ❖ Animales y pestes
- ❖ Basura y desperdicio
- ❖ Productos de limpieza y desinfección

4.4.2. Enfermedades Trasmitidas por Alimentos

Las enfermedades transmitidas por alimentos se les conoce como ETA y son síndromes originados por la ingestión de alimentos y/o agua, que contengan agentes etiológicos en cantidades tales que afecten la salud del consumidor a nivel individual o grupos de población.

Los de las ETA pueden ser graves y a veces mortales, por esta razón es conveniente que hablemos de lo que es higiene y salud.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Se entiende por higiene a la ciencia de la salud y su conservación que establece el conjunto de reglas y prácticas mediante las cuales tratamos de mantener al organismo en el buen estado e incrementar la comodidad social.

Se entiende por salud el estado del bienestar óptimo, tanto físico como mental y social.

Las reglas fundamentales de la higiene se pueden resumir como:

- ❖ La limpieza personal. Es un medio para evitar la acumulación de bacterias y otros microorganismos. Otras formas de higiene personal son la limpieza de la boca y ropas, uso adecuado de calzado y evitar sustancias tóxicas (alcohol y drogas).
- ❖ La salud de un individuo también depende del grado de higiene de la comunidad. Actualmente, la sociedad se preocupa por realizar un conjunto de actividades, “técnicas sanitarias” que mantiene la buena calidad de vida.
- ❖ Estas actividades están asociadas con la inocuidad de los alimentos para lo cual es muy importante tener en cuenta acciones como:
 - ❖ Controlar la calidad y abastecimiento de agua.
 - ❖ Controlar la calidad de los alimentos, del campo a la mesa.
 - ❖ Eliminar basuras, residuos tóxicos y aguas contaminadas.
 - ❖ Combatir insectos y roedores causantes de enfermedades humanas.
 - ❖ Higiene en los establecimientos especialmente en la recepción, preparación y servicio de alimentos.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

El manejo higiénico de los alimentos reúne ciertas características que llevan consigo un alto grado de responsabilidad en lo que concierne a la salud pública.

Los establecimientos de preparación y servicio de alimentos son lugares donde acuden personas de muy diversas características y cuya intención es consumir alimentos inocuos.

- ❖ En el establecimiento se mantiene un contacto directo con las personas y los alimentos.
- ❖ Los materiales y utensilios se ponen en contacto directo con los alimentos, pueden ser utilizados reiteradas veces por distintas personas que intervienen en la preparación de servicios.
- ❖ Para ciertas técnicas de saneamiento se utilizan productos químicos que a veces son irritantes y alérgicos.
- ❖ Por todo ello, es importante conocer y observar estrictamente los principios de la higiene y sanidad. Estos están sujetos a las leyes sanitarias, por lo cual los manipuladores tendrán la obligación legal y ética de someterse a ellas.
- ❖ En todos los establecimientos deberán tener en cuenta tanto las reglas de higiene personal como las referentes a las técnicas sanitarias.
- ❖ Al consumidor se le debe garantizar:
- ❖ La máxima seguridad en cuanto a la prevención de amenazas de infección e intoxicación por a alimentos.
- ❖ Una atención extrema en el cuidado y calidad de los alimentos que consume.
- ❖ En lo posible, un lugar agradable y distendido.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

- ❖ El principio fundamental de la higiene es el orden y limpieza, pero además es necesario tomar en cuenta otros factores como:
- ❖ Amplitud: capacidad del establecimiento debe ser adecuada y guardar proporción con equipos, áreas de preparación, almacenamiento, conservación, servicio y número de colaboradores que trabajen en él.
- ❖ Ventilación: la aeración debe ser eficaz. Es necesario evitar que el aire se estanque para disminuir la acción de los microorganismos. La ventilación puede conseguirse de forma natural a través de puertas y ventanas, o de forma artificial a través de equipos de acondicionamiento de aire. En ningún caso se deben crear corrientes de aire.
- ❖ Iluminación: los establecimientos deben estar bien iluminados. No todas las áreas deben tener la misma iluminación. Las áreas de preparación de alimentos requieren de atención especial, pues el manipulador requiere buena visibilidad para realizar su trabajo.

En todos los casos, los sistemas de iluminación deben contar con dispositivos de protección para evitar proyecciones de vidrio en caso de que estos se rompan.

Gracias a la limpieza nosotros podemos eliminar la suciedad, ya que está compuesta por gran cantidad de sustancias que se denominan contaminantes, cuya composición varía según las actividades que se realicen, no es la misma suciedad en el área de recepción que en el área de almacenamiento o preparación.

La suciedad general, está compuesta de contaminantes biológicos, físicos y químicos.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

SUCIEDAD GENERAL EN EL AMBIENTE	
Contaminantes físicos	Polvo
Contaminantes químicos	Productos de limpieza y desinfección
Contaminantes biológicos	Microorganismos Roedores Insectos Artrópodos

Tabla 5 Tipos de contaminantes

Contaminantes ambientales. Es un conjunto de partículas sólidas muy pequeñas que se encuentran disgregadas en el ámbito o depositadas sobre las superficies, que pueden ser movidas de un lugar a otro por efectos de corriente de aire.

Contaminantes biológicos. Son aquellos seres vivos que normalmente se encuentran tanto en el ambiente como en los alimentos, estos pueden causar enfermedades y alteraciones en las personas y los alimentos.

4.4.3. Contaminación de Alimentos

Una fuente principal de la contaminación de los alimentos es el hombre y otros los microorganismos. La contaminación provocada por el hombre disminuye si se tienen en cuenta medidas de higiene personal. Asimismo, la contaminación por microorganismos es algo más complicada y tenemos que conocer que cada uno de ellos así como su forma de actuación de los microorganismos.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Factores que contribuyen al crecimiento de las enfermedades transmitidas por alimentos:

Temperatura.- la ideal para el crecimiento de la mayoría de las bacterias es la de entre los 4°C y los 60°C que, como se sabe, esta zona de peligro de la temperatura, debido a que en ella los microorganismos se reproducen.

Comida.- las bacterias necesitan alimento para poder crecer y reproducirse, sobre todo aquellos ricos en nutrientes como el pollo, las carnes, el huevo, el pescado, los jamones, los productos lácteos como el queso, leche y crema; y los productos de soya.

Humedad.- para reproducirse más fácilmente, las bacterias necesitan que los alimentos contengan un mínimo de agua. Mientras más haya en un alimento, más se facilitara en crecimiento de las bacterias.

Acidez.- prefieren los alimentos que no sean muy ácidos o neutros (como el agua). Es importante saber que los alimentos muy ácidos como el limón y el vinagre no permiten que los microorganismos crezcan y se multipliquen, pero no lo destruyen.

Tiempo.- requieren tener tiempo para poder reproducirse. Mientras más tiempo les demos a las bacterias en condiciones ideales, más fácil y rápido se reproducirán.

Oxígeno.- las bacterias no pueden necesitar oxígeno o aire para crecer. Así hay bacterias:

- ❖ Aeróbicas: crecen con oxígeno.
- ❖ Anaeróbicas: crecen solamente donde no existe oxígeno, como en los alimentos enlatados y envasados al vacío.
- ❖ Facultativas: pueden crecer con o sin oxígeno.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

En resumen, lo que necesitan las bacterias para crecer, podemos recordar fácilmente con la palabra CHATTO (comida, humedad, acidez, temperatura, tiempo y oxígeno).

En el área de higiene y microbiología en algunos restaurantes se exigía bastante limpieza, pulcritud, desde personal hasta de utensilios, alimentos y preparación de los mismos; hubo capacitaciones dentro de la empresa restaurantera sobre el manejo higiénico de los alimentos, como el tiempo y modo de desinfectar frutas, verduras, utensilios, etc.; de igual manera las temperaturas adecuadas de congelación y cocción de cada alimento o producto alimenticio.

Por otra parte en ocasiones no se contaba con el material o el equipo suficiente o adecuado para cada alimento, producto o servicio que se quería brindar, por lo tanto se solicitaba material y materia prima a los restaurantes o establecimientos vecinos para cubrir dicha carencia. La experiencia fue algo sorprendente y desagradable a la vez, ya que no siempre se cumplen con las reglas de higiene en la mayoría de la producción de los alimentos, pero se trata de dar el mejor servicio con el equipo y utensilios, que se tenga disponible y brindarle al comensal calidad e higiene.

CAPITULO 5. ECOGASTRONOMÍA

En Ecogastronomía los alimentos eran demasiado aprovechados, existía una separación de residuos en orgánicos e inorgánicos, el aceite quemado era utilizado para otros fines, se utilizaban bolsas o empaques orgánicos, reciclados, no se contaba con huerto propio para producir los alimentos, no se utilizaba unicel, se llevaban a cabo los cuidados a la ecología lo más que se pudiera, aunque no se tenía mucho conocimiento de la eco-gastronomía.

Todo comenzó en el año 1986 en la Piazza di Spagna en Roma, cuando varios manifestantes protestaban por la apertura de un McDonald's, junto a la famosa escalinata. Allí estaba liderando la comitiva Carlo Petrini, el sociólogo especializado en gastronomía que abanderó las protestas, defendiendo que la elaboración rápida de los alimentos choca de frente con la cocina tradicional, mucho más lenta en su preparación, pero con más sentimiento y sabiduría y basada en la biodiversidad.

El movimiento Slow Food, cuyo símbolo es un caracol fue lanzado por Carlo Petrini en 1986 como protesta ante la fast food, muchas veces

Sinónimo de la comida basura. (Sanz, 2013)

Los seguidores del movimiento Slow Food practican la denominada Eco-gastronomía. La gastronomía vinculada a las tradiciones del territorio, donde se protegen las materias primas que actualmente están desapareciendo. El compromiso ecológico de la mano de la buena gastronomía y del placer alimentario. Ese fuerte compromiso con la sostenibilidad implica practicar una

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

agricultura menos intensiva y más limpia, defender la biodiversidad alimentaria, la cocina familiar y el patrimonio gastronómico de las regiones.

Algunos de sus objetivos son los de recuperar y catalogar sabores olvidados y productos excelentes en peligro de extinción.

5.1 Principios de la Ecogastronomía

- ❖ Optimizar la materia prima
- ❖ Ahorro en insumos y mermas
- ❖ Uso de técnicas culinarias amigables con el ambiente
- ❖ Aprovechamiento de los residuos sólidos
- ❖ Uso de productos no dañinos al ambiente o de degradación rápida y sin contaminantes
- ❖ Disposición final de los residuos sólidos peligrosos de acuerdo con la norma.
- ❖ Compras verdes
- ❖ Protección de la biodiversidad (evitar cocinar especies en peligro de extinción)
- ❖ Promoción de procesos limpios
- ❖ Seguridad alimenticia (salud alimentaria)
- ❖ Difusión de la cultura y gastronomía local
- ❖ Uso adecuado de la tecnología

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

La eco gastronomía no es un tema nuevo, ya tiene años de su realización, lamentablemente en nuestro país es un tema “nuevo”, que apenas se le está dando importancia gracias a todos los cambios de la gastronomía, el medio ambiente y otros derivados, en lo personal puedo decir que es un tema sumamente importante para la sociedad y para el chef o gastrónomo comprometido con la sociedad y el medio ambiente, se le debe dar la importancia necesaria para mejorar no solo la gastronomía si no el medio natural, el ecosistema, la salud de las personas, etc.

Como lo mencione anteriormente, en el área de trabajo la eco gastronomía tenía un poco de presencia y participación al separar residuos, reciclar aceites, utilización de materiales orgánicos, entre otros detalles que hacen referencia a la eco gastronomía.

En lo personal me gustaría que los restaurantes mexicanos enfocaran su atención a la eco gastronomía, hacer referencia sobre este tema y llevar a cabo actividades que le den más importancia, así como preocuparse por la ecología, salud del cliente y bienestar del mismo. Creo que es un fenómeno que hoy en día es indispensable o debiera ser indispensable en cualquier establecimiento o negocio de alimentos y bebidas para mejorar la calidad de vida no solo del consumidor sino de todos los habitantes del planeta.

CAPITULO 6. NUTRICIÓN

Para tener un buen balance nutricional dentro del entorno laboral, el menú mostraba cierta armonía basada en el plato del bien comer, los platillos eran porcionados de forma correcta para una buena alimentación y su maridaje era llevado a cabo con el asesoramiento del somelier.

Los alimentos son productos orgánicos de origen agrícola, ganadero o industrial cuyo consumo sirve para cubrir las necesidades nutritivas y proporcionar al organismo los nutrientes necesarios. Son sustancias que, una vez digeridas, aportan al organismo.

- ❖ Elementos a partir de los cuales el organismo puede producir energía (calor, movimiento).
- ❖ Elementos para el crecimiento y la reposición del cuerpo.
- ❖ Elementos reguladores de los dos procesos anteriores.

Los elementos que contienen los alimentos, se les llaman nutrientes.

La alimentación es el hecho de introducir en el organismo alimentos, ya sean líquidos o sólidos, es decir, la forma de proporcionar al cuerpo humano los alimentos que le son indispensables.

Se llama nutrición al conjunto de procesos gracias a los cuales el organismo recibe, transporta y utiliza sustancias químicas contenidas en el alimento.

Hidratos de carbono.- los hidratos de carbono o glúcidos son sustancias energéticas que son quemadas en la célula para conseguir energía. También se le puede llamar azúcares. El principal y más abundante es la glucosa. Entre los alimentos que aportan hidratos de carbono algunos de los más conocidos son el azúcar, los cereales, las pastas alimenticias, las hortalizas etc.

1gr de hidratos de carbono nos proporciona una energía de 4 kcal.

6.1. Lípidos

Son los nutrientes que se queman en las células para producir energía. 1gr de grasa proporciona 9kcal. Los lípidos están formados por ácidos grasos unidos a otros compuestos. Los ácidos grasos pueden ser saturados están presentes en las grasas de origen animal y algunos aceites vegetales (palma, coco). Los ácidos grasos insaturados están presentes en los aceites vegetales en general, estos últimos son más beneficiosos para la salud por ser cardiosaludables.

Los lípidos deben suponer aproximadamente el 30% de la ingesta total diaria.

Cuando el organismo cubre sus necesidades calóricas, el exceso sobrante suelen ser lípidos acumulamos en los reservorios de grasa.

Como alimentos líquidos de origen vegetal tenemos los aceites (oliva, soja, girasol). Y de origen animal, la manteca, el sebo, la mantequilla, o la grasa de la carne.

6.2. Proteínas

Las proteínas deben suponer el 15% de la ingesta total. Están formadas por cadenas de aminoácidos (moléculas más sencillas). Hay 22 aminoácidos distintos, los cuales se combinan de distintas formas para dar lugar a las diferentes proteínas, de estos 22 aminoácidos, 9 son esenciales, lo que significa que su aporte debe ser íntegro del exterior, a través de la alimentación, es decir que el organismo no tiene capacidad para sintetizarlos.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Las proteínas también pueden ser de origen animal y vegetal, teniendo mayor calidad nutritiva las de origen animal.

Los alimentos más representativos de los proteicos son: el huevo, la leche, la carne, viseras, pescado y legumbres.

Carbohidratos.-son unos de los principales componente de la alimentación. Esta categoría de alimentos abarca azúcares, almidones y fibra.

La principal función de los carbohidratos es suministrarle energía al cuerpo, especialmente al cerebro y al sistema nervioso. Una enzima llamada amilasa ayuda a descomponer los carbohidratos en la glucosa (azúcar en la sangre), la cual se usa como fuente de energía por parte del cuerpo.

Fuentes alimenticias

Los carbohidratos se clasifican como simples o complejos. La clasificación depende de la estructura química del alimento y de la rapidez con la cual se digiere y se absorbe el azúcar.

Los carbohidratos simples tienen uno (simple) o dos (doble) azúcares, minerales que los carbohidratos complejos tienen tres o más.

Ejemplo de azúcares simples provenientes de alimentos

- ❖ Fructosa (se encuentra en la frutas)
- ❖ Galactosa (se encuentra en los productos lácteos)

Los azúcares dobles

- ❖ Lactosa (se encuentra en los productos lácteos)
- ❖ Maltosa (se encuentra en ciertas verduras y el la cerveza)
- ❖ Sacarosa (azúcar de mesa)

La miel también es una azúcar doble, pero a diferencia del azúcar de mesa, contiene una pequeña cantidad de vitaminas y minerales.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Los carbohidratos complejos, a menudo llamados alimentos “ricos en almidón” incluyen:

- ❖ Las legumbres
- ❖ Las verduras ricas en almidón
- ❖ Los panes y cereales integrales

Los carbohidratos simples que contienen vitaminas y minerales se encuentran en forma natural en:

- ❖ Frutas
- ❖ La leche y sus derivados
- ❖ Las verdura

Los carbohidratos simples también se encuentran en los azúcares procesados y refinados como:

- ❖ Las golosinas
- ❖ Las bebidas carbonatadas (no dietéticas) regulares, como las bebidas gaseosas
- ❖ Los jarabes
- ❖ El azúcar de mesa

6.3. Minerales

Los minerales son sustancias reguladoras de las funciones del organismo, se encuentran en la dieta en cantidades muy pequeñas, pero realizan misiones muy importantes. Se eliminan por orina, sudor y heces.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Los principales minerales se clasifican según los requerimientos de organismo en:

- ❖ **Macroelementos:** son aquellos que son necesarios en el organismo en cantidades medidas en gramos/día.
- ❖ **Oligoelementos:** son aquellos que son necesarios en el organismo en cantidades muy pequeñas, medidas en miligramos/día.

Los minerales necesarios más importantes son:

- ❖ **El calcio:** entre otras funciones importantes forma y mantiene el tejido óseo e interviene en la contracción muscular.
- ❖ **El fósforo:** junto con el calcio participa en la formación y mantenimiento del tejido óseo.
- ❖ **El magnesio:** interviene en la síntesis de proteínas, en la transmisión del impulso nervioso y en la contracción muscular.
- ❖ **El sodio, cloro y potasio:** esenciales para la regulación de las reacciones bioquímicas.
- ❖ **El yodo:** fundamental para la síntesis de las hormonas tiroideas.
- ❖ **El flúor:** previene caries dentales.

6.4. Vitaminas

Las vitaminas son sustancias que el organismo necesita en pequeñas cantidades para la regulación de sus funciones. Las vitaminas no se pueden sintetizar en el organismo, por lo que su aporte debe ser proporcionado por los alimentos. Se dividen en hidrosolubles (solubles en agua) y en liposolubles (solubles en grasa).

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Hidrosolubles: son el complejo de vitamínico B y la vitamina C.

Liposolubles: son la vitamina A, D, K, y E.

Atendiendo el tipo y a la cantidad de nutrientes los alimentos se pueden clasificar por grupos expresados claramente en el plato del buen comer.

Alimentos son todas las sustancias introducidas en el organismo para promover y sustentar el crecimiento, mantener las funciones corporales, reemplazar reparar tejidos, y suministrar energía. Por regla general se consideran alimentos únicamente las sustancias que penetran en el organismo por el conducto digestivo, aunque en sentido estricto el oxígeno también correspondería a la definición propuesta.

La finalidad principal de los alimentos es nutrir, aportar al organismo los nutrimentos que requiere desarrollarse y mantener sus funciones vitales. La calidad nutritiva se refiere a la composición química de un alimento, a su contenido en nutrimentos: proteínas, lípidos, hidratos de carbono, vitaminas, minerales y al valor biológico de los mismos. Sin embargo, pueden existir alimentos “más convenientes” pero no más nutritivos, aunque básicamente todos los alimentos no. La dieta en la que finalmente determina la calidad de la alimentación, y no un alimento aislado. La dieta del griego *diaita*, que significa forma de vida, es el conjunto de alimentos y platillos que consume la persona a lo largo del día, se puede considerar la unidad de la alimentación.

Los alimentos son las sustancias necesarias para el mantenimiento de las funciones vitales y para reparación de las pérdidas que se producen constantemente en el organismo.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Para que el hombre pueda mantener la vida son necesarias dos condiciones indispensables: el oxígeno, que le llega fundamentalmente por las vías respiratorias y el alimento, que le llega, normalmente, por vía digestiva.

Desde siempre se ha dado importancia a la alimentación dentro de los servicios en la administración de instituciones, ya que satisface una de las necesidades básicas del hombre influye directamente en su bienestar.

Los alimentos son lo más importante dentro de una institución de servicio. Por la enorme repercusión física psicológica en la persona, ya que por medio de estos se puede dar “ese calor de hogar” que todos esperan recibir al llegar a su casa teniendo de tales como: una comida bien preparada presentada, sazonada, a la temperatura oportuna y con un servicio adecuado con esto se logra que el comensal se sienta “esperado” por alguien que lo quiere atender.

Cabe mencionar que en el aspecto laboral, en los restaurantes donde tuve el placer de trabajar, los menús eran balanceados y las porciones que servían eran de acuerdo al plato del bien comer, tenían cierta armonía los platillos y bebidas, lo único que afectaba un poco era la forma en que se preparaban algunos platos fuertes como la cantidad de grasa o aceite o la cantidad de especias. Creo que todo alimento en su justa medida es indispensable y saludable, pero depende de cada persona o comensal saber medirse y saber que ordenar al momento de ver el menú.

Conclusiones

Puedo concluir que ha sido una gran experiencia, muy agradable al haber trabajado en diferentes puestos, diferentes funciones, con el objetivo y meta de mejorar laboralmente y servir al cliente con excelencia.

Con el objetivo de superarme cada día más. Hago un pequeño énfasis en esta reciente etapa laboral, porque es ahí donde se ha venido conjugando de manera interdisciplinaria la esencia de mi carrera profesional.

A lo largo de estos años toda y cada una de las actividades diferentes que desarrolle, o puestos que ocupe, han dejado experiencias y vivencias gratas que enriquecieron gran parte de mis conocimientos adquiridos en la Universidad, desde una simple receta, hasta el platillo más laborioso.

Pero sobre todo aprendí, muchas cosas nuevas, la actitud laboral es sumamente diferente en comparación con las prácticas escolares pero siempre tienen la misma esencia que es el placer de cocinar.

Esta experiencia me ayudo a ser más capas de lo que soy, y darme cuenta que puedo dar más de mí.

Al empezar a trabajar dentro del ámbito laboral puse ahí mis conocimientos adquiridos, mis habilidades que tengo y que eh logrado durante estos años. También como persona porque siempre descubrí que puedo dar más de lo que eh dado y sacar lo mejor de mí, y que si puedo lograr lo que me proponga.

Me llevo la gran felicidad por haber concluido satisfactoriamente mis estudios y de haber aprendido algo nuevo.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

La etapa o época universitaria es una parte importante dentro del estudio y en este caso en la gastronomía puede decirse que se adquieren conocimientos básicos referente a este rubro, conocimientos que al este momento de laborar profesionalmente me ayudaron para desempeñarme como trabajador restaurantero, quizás las actividades escolares que realizas en la universidad son más simples o sencillas a comparación a la actividad que tienes que ejercer en el trabajo, tienen un punto de comparación demasiado paralelos pero al final el aprendizaje obtenido en la escuela te da una noción o pauta para entrar al mundo laboral de la gastronomía.

Anexos

❖ Marco Teórico

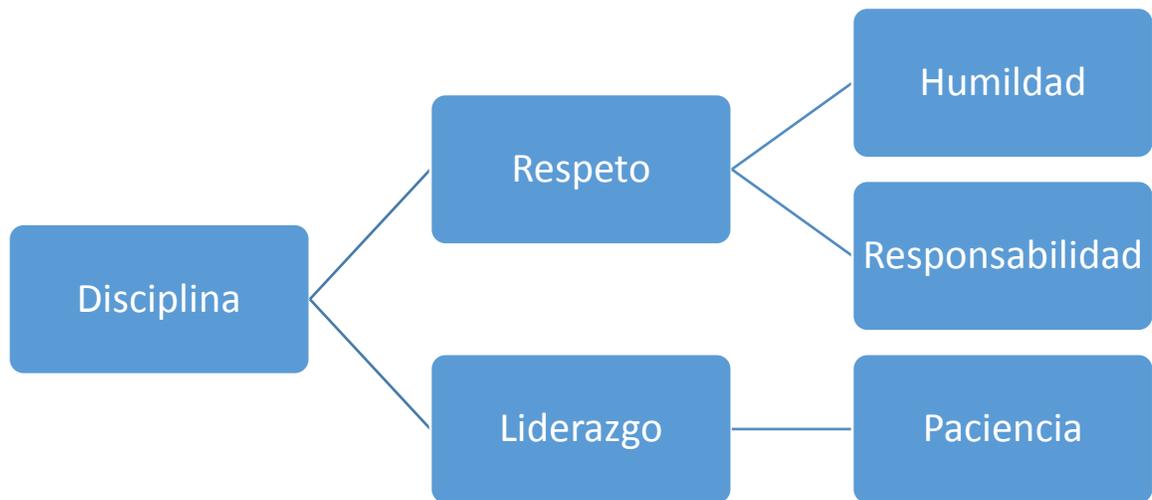


Ilustración 4 Marco Teórico

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

❖ Marco Teórico

Trabajo	Aptitudes	Valor
Disciplina	Dispuesto a someterse al trabajo pesado día con día.	Efectuar todos los procedimientos necesarios para asegurar las buenas prácticas y el placer del paladar.
Respeto	A su profesión, superiores, colegas y clientes.	A las personas que nos rodean y en especial, a los que depositan la confianza en nosotros al ingerir los platillos que preparemos.
Liderazgo	Entregado a su trabajo y ansioso por coger las riendas de un mayor número de responsabilidades.	Tomar la batuta en acciones positivas para mejorar la calidad de los platillos y el entorno de la cocina.
Humildad	Prevalece el interés en las observaciones negativas para una mejora continua. Los halagos están de más.	Aportar los conocimientos aprendidos a los que se incorporan al equipo. Nunca se

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

		denigra a otro por falta de experiencia.
Responsabilidad	Los tiempos de entrega y la calidad de lo prometido es una prioridad.	Las buenas acciones son resultado de la responsabilidad del equipo, los errores los comete el individuo y se asume esa responsabilidad.
Paciencia	El trabajo tiene como fruto al éxito. Una carrera exitosa se construye con dedicación, esfuerzo y paciencia. Nunca se provocan tropiezos de los demás para alcanzar más rápido la cima.	Una buena comida requiere paciencia. No apresuremos el proceso y nadie se intoxicará con nuestros servicios.

Tabla 6 metodología

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

❖ **Organigrama de Personal**

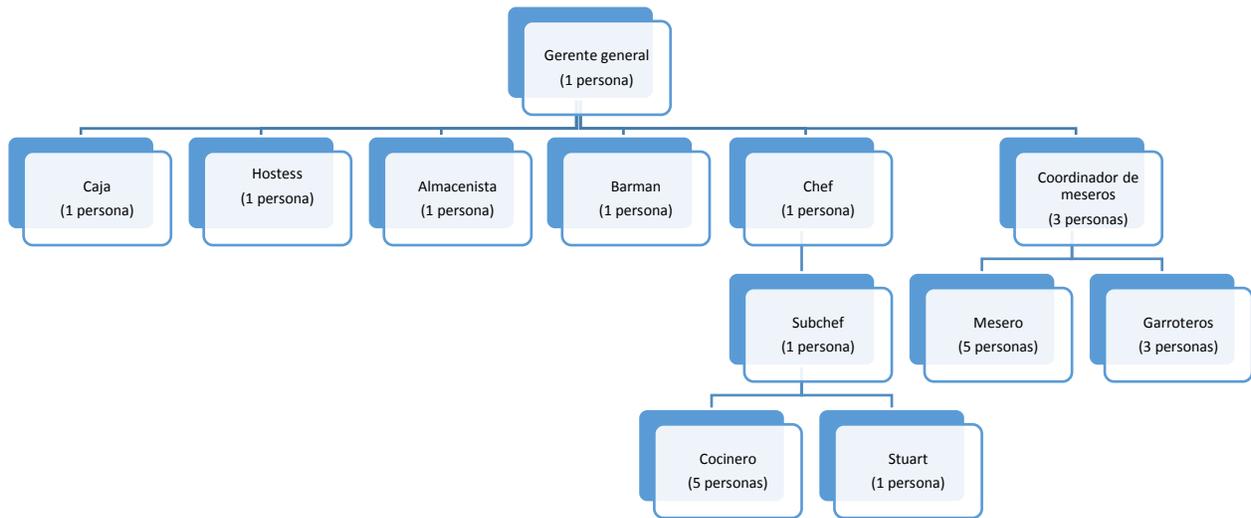


Ilustración 5 Organigrama de Personal

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

- **Contrato de personal**

CONTRATO INDIVIDUAL DE TRABAJO **POR TIEMPO INDETERMINADO SUJETO A PERIDO DE PRUEBA** QUE CELEBRAN POR UNA PARTE _____ REPRESENTADA POR _____ EN CUANTO ADMINISTRADOR UNICO, A QUIEN EN LO SUCESIVO SE LE DENOMINARA “EL PATRON” Y POR LA OTRA _____ A QUIEN EN LO SUCESIVO SE LE DENOMINARA “EL TRABAJADOR”.

DECLARACIONES

I. Declara el patrón, ser una persona moral debidamente constituida conforme a las leyes mexicanas, con clave de Registro Federal de Contribuyentes _____ con domicilio Av. _____ número _____ de esta ciudad, con actividad de restaurantes-bar con servicio de meseros.

II. declara el trabajador ser de nacionalidad _____, tener _____ años de edad, sexo _____, **casado**, con clave única de registro de población _____ y _____ con domicilio en _____.

El presente contrato se encuentra sujeto a un periodo de prueba por **tiempo indeterminado** a fin de verificar que el trabajador cumple con los requerimientos necesarios para desarrollar los servicios contratados.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

Ambas partes se sujetan a las siguientes

Clausulas

Primera: El trabajador se obliga a prestar sus servicios en la categoría de **COCINERO**, los cuales consisten en: armar y mantener limpia el área de trabajo; utilizar de manera adecuada las herramientas y equipos de cocina; realizar producciones siguiendo las recetas y medidas de higiene establecidas por la negociación así como la elaboración de platillos en los tiempos establecidos así como su adecuada presentación.

SEGUNDA: El trabajador tiene la obligación de prestar sus servicios en el domicilio ubicado en Av. _____ colonia _____, de esta ciudad.

TERCERA: La jornada de trabajo será la máxima legal establecida.

El horario de labores se asignará semanalmente y en forma variable por el patrón de acuerdo a las necesidades propias del establecimiento, el cual podrá ser dentro de la jornada diurna, nocturna y mixta.

CUARTA: El patrón pagara al trabajador, en efectivo, un salario semanal por la cantidad de (**00/100m.n.**), obligándose este último a firmar los recibos de nómina correspondientes.

Para el caso del patrón efectuase el pago de salario mediante transferencia electrónica, el trabajador otorga su consentimiento para recibirlo en su cuenta bancaria en nómina.

QUINTA: El salario era pagado los días martes de cada semana en las instalaciones del centro de trabajo o mediante transferencia electrónica a la cuenta de nómina del trabajador, según sea el caso.

SEXTA: Se establece expresamente como una obligación para el trabajador, asistir a los cursos que formen parte del proceso de capacitación y adiestramiento de los programas que sean instaurados en la negociación, conforme a lo dispuesto en la Ley Federal del Trabajo.

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

SEPTIMA: El día de descanso para el trabajador será el día _____, con la salvedad de que el patrón podrá cambiarlo semanalmente de acuerdo a las necesidades de la negociación.

OCTAVA: El trabajador no está autorizado a laborar horas extras, salvo que el patrón a través del Gerente General del establecimiento le dé orden escrita, solamente con dicha orden podrá comprobarse esta presentación.

NOVENA: Además de las causas de rescisión establecidas en el artículo 47 de las Ley Federal del Trabajo, también serán causas de rescisión de la relación de trabajo, sin responsabilidad para el patrón:

- A. Terminación del periodo de prueba.
- B. Utilizar los insumos del establecimiento con finalidad diferente a la destinada.

ACEPTANDO el presente contrato en todas sus condiciones, las partes lo firman en Morelia, Michoacán, _____ de _____ de 2014.

Nombre del trabajador

“EL TRABAJADOR”

“EL PATRON”

Bibliografía

- Anaya, E. S. (2005). *manual de administracion y gastronomia*. MEXICO: Trillas.
- andres. (2004). *kfbidmn*. mexico: kjkj.
- Bernal, C. A. (2006). *Metodologia de la investigacion* . Mexico: pearson.
- Casillas, S. B. (1994). *Descripción de puestos en hotesl, restaurantes y bares*. México: Compañía editorial Continental.
- Flores, G. M. (2004). *Iniciacion a las tecnicas culinarias*. Mexico: Limusa.
- Galicia, L. F. (2012). *Metodologia de la Investigacion*. Trillas.
- Garcia, C. D. (2003). *El restaurante como Empresa*. mexico: trillas.
- Herrera, M. d. (2006). In M. d. Herrera, *Administración de comedor y bar* (pp. 9 - 10). México: trillas.
- Kotler, P. (2003). *fundamentos marketing*. mexico: pearson .
- Machado, A. M. (2005). *Logistica y turismo*. Madrid: Dias de Santos.
- Martinez, A. G. (2010). *Tecnicas Culinarias*. Madrit, España: akal.
- Morales, J. S. (1989). *Economía y la Empresa*. México: McGRAW-HILL.
- O., J. I. (2012). *Metodologia de la investigacion cualitativa*. DEUSTO.
- Ortiz, F. G. (2010). *operaciones basicas y servicios en bar y cafeteria*. españa: paraninfo .
- Pacual, J. A. (2011). *Metodologia Cuantitativa*. Madid: UNED.
- Pascual, J. A. (2011). *Metodologia Cuantitativa*. Madrid: UNED.
- Reay, J. (2003). *Restauranteria basica*. mexico: trillas.
- Sanz, J. L. (2013). *Gastronomia y nutricion*. España: paraninfo.
- Tejada, B. D. (2007). *Administracion de servicios de alimentacion*. colombia: Univerdidad de Antioquia.
- Torre, F. d. (2006). *administración hotelera 2*. Mexico: Trillas.
- William J. Stanton, M. J. (2007). *Fundamentos de Marketing*. México: McGraw-Hill.

Índice de Ilustraciones

Ilustración 1 Restaurante Casa Ávila Morelia	37
Ilustración 3 Mezcla de mercado	46
Ilustración 2 Cerveza	77
Ilustración 4 Marco Teórico	98
Ilustración 5 Organigrama de Personal	101

Índice de Tablas

Tabla 1 Temperaturas internas de cocción de los alimentos.....	67
Tabla 2 Temperaturas de cocción	70
Tabla 3 Temperaturas de almacenamiento y recepción.....	70
Tabla 4 Temperaturas de Conservación.....	71
Tabla 5 Tipos de contaminantes	83
Tabla 6 metodología.....	100