



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA
CENTRO UNIVERSITARIO DE LOS VALLES
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE LA SALUD
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

PROGRAMA DE UNIDADES DE APRENDIZAJE POR
COMPETENCIAS

1. IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

DEPARTAMENTO

ACADEMIA

Departamento de Ciencias de la Salud

Academia de Ciencias de la Nutrición

NOMBRE DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE POR COMPETENCIAS

Selección y preparación de alimentos

DATOS DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Clave de la Materia	Horas de Teoría	Horas de Práctica	Total de Horas	Valor en Créditos
18840	17	51	68	5

Tipo de Curso (Subrayar o marcar)	Prerrequisitos de la Unidad de Aprendizaje
A.- Curso B.- Taller <u>C.- Curso-Taller</u> D.- Seminario E.- Laboratorio F.- Otros	Cálculo dietético y planeación de menús

ÁREA DE FORMACIÓN (Subrayar o marcar)

EJE CURRICULAR (Subrayar o marcar)

A.- Básica Común <u>B.- Particular obligatoria</u> C.- Especializante D.- Optativa	<u>Gestión de servicios de alimentos</u> <u>Nutrición clínica</u>
ELABORADO POR:	MODIFICADO POR:
MDM. Almeirim Isabel Acosta Bahena MNC. Erika Elizabeth Mejía Marín, NC MNC. Laura Gisela Moreno Mejía, NC LN. Miriam Aracely Mercado Zepeda, NC MINH. Laura Cristina Robles Robles, NC LN. Verónica Bautista Olguín	MCCAN. Luis Ángel López Jiménez
FECHA DE ELABORACIÓN Y / O MODIFICACIÓN:	
20 de Julio del 2017	
ÚLTIMA ACTUALIZACIÓN:	
Julio del 2015	



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA
CENTRO UNIVERSITARIO DE LOS VALLES
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE LA SALUD
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

PROGRAMA DE UNIDADES DE APRENDIZAJE POR
COMPETENCIAS

PERFIL DOCENTE	
CONOCIMIENTOS	Profesional con experiencia en la planeación de menús, selección, compra y preparación de alimentos, así como dominio de las distintas técnicas culinarias. Preferentemente licenciado en nutrición con posgrado concluido o en proceso en áreas afines.
HABILIDADES	En constante actualización disciplinar, capaz de formar recursos humanos en nutrición competentes para la selección y preparación de alimentos, así como en el diseño de menús considerando todas las variables y aplicando técnicas culinarias con estándares de calidad nacional, así como la normatividad vigente.
ACTITUDES	Actitud proactiva, positiva, emprendurista, reflexiva y humanista.
VALORES	Ética profesional, responsabilidad, disciplina, puntualidad y equidad.

2. PRESENTACIÓN DEL CURSO

La presente unidad de aprendizaje complementa las bases para lograr diseñar menús basados en los principios gastronómicos, permitiendo al licenciado en nutrición diseñar y planear menús, estimando los costos de producción y la disponibilidad de los insumos, aplicando conocimientos previamente adquiridos en la unidad de aprendizaje de cálculo dietético y planeación de menús.

La selección y preparación de alimentos son imprescindibles para el nutriólogo en cualquiera de las áreas de la nutrición ya que permite asegurar la menor pérdida de nutrientes y por consiguiente el mejor aprovechamiento de los alimentos; así como aplicar las técnicas culinarias para adecuar consistencias y tipos de combinaciones de alimentos según el tipo de comensal, sin que por ello se tenga que sacrificar sabor o gusto por el platillo en cuestión.

El conocimiento de selección y preparación de alimentos permite al nutriólogo organizar y calcular tiempos de preparación, para elaborar menús saludables para individuos y colectividades.

Gestión organizacional de servicios de alimentos: Diseñar un servicio de alimentos contemplando elementos legales, organizacionales y administrativos.

Gestión de servicios de alimentos en instituciones de salud: Analizar las distintas propuestas de menús institucionales y la organización de los servicios de alimentos en instituciones públicas o privadas.



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA
CENTRO UNIVERSITARIO DE LOS VALLES
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE LA SALUD
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

PROGRAMA DE UNIDADES DE APRENDIZAJE POR
COMPETENCIAS

Prerrequisito: Cálculo dietético y planeación de menús; domina el cálculo dietético para el diseño de menús de acuerdo a la dieta correcta y a un presupuesto en beneficio de individuos y colectividades.

3. UNIDAD GENERAL DE COMPETENCIA

Elaboración de menús saludables considerando el proceso productivo de los alimentos, con fundamentación culinaria y gastronómica, de forma eficiente y eficaz, de acuerdo a las necesidades nutricionales e identidad cultural de los individuos y las poblaciones, con un enfoque humanístico y ético.

4. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS QUE APOYA ESTA UNIDAD DE APRENDIZAJE

Comprende y utiliza tecnologías de la información y comunicación (oral y escrita) apropiadas en todas las áreas de desempeño profesional, con ética, responsabilidad y visión humanística en el contexto profesional y social.

Integra los conocimientos adquiridos para la administración de servicios de alimentos en instituciones públicas y privadas, considerando las características de los comensales, los recursos espaciales, materiales, financieros y humanos, aplicando los estándares de calidad y normatividad vigentes a nivel nacional e internacional.

Se compromete con el ejercicio de su profesión, considerando aspectos ético-normativos aplicables en la atención de la salud, así como respetando la diversidad de los individuos con apego a los derechos humanos, respondiendo con calidad a las demandas laborales, profesionales y sociales.

5. SABERES PRÁCTICOS, TEÓRICOS Y FORMATIVOS QUE DOMINARÁ EL ESTUDIANTE

SABERES PRÁCTICOS	Selecciona alimentos adecuados para integrar un menú.
	Aplica las diferentes técnicas culinarias para la preparación de alimentos.
	Compara los distintos menús de acuerdo a las necesidades individuales y/o colectivas.



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA
CENTRO UNIVERSITARIO DE LOS VALLES
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE LA SALUD
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

PROGRAMA DE UNIDADES DE APRENDIZAJE POR
COMPETENCIAS

	Prepara menús saludables aplicando los principios gastronómicos. Aplica los estándares y procesos de calidad vigentes, en relación a la preparación de los alimentos.
SABERES TEÓRICOS	Comprende las diversas técnicas de preparación de alimentos. Fundamenta la producción de alimentos en procesos de alimentación individual y/o colectiva. Aplica los principios gastronómicos en el diseño de menús. Comprende la normatividad vigente en relación al manejo higiénico de los alimentos.
SABERES FORMATIVOS	Actúa de acuerdo con la normatividad nacional con juicio crítico. Prioriza la selección de información en fuentes bibliografías confiables.

6. CONTENIDO TEÓRICO PRÁCTICO (temas y subtemas)

UNIDAD 1. Selección de alimentos

- 1.1 Clasificación de los alimentos
- 1.2 Componentes de los alimentos y cambios organolépticos durante su procesamiento
- 1.3 Criterios de selección y rechazo de los alimentos
 - 1.3.1 Características de aceptable y rechazable
 - 1.3.2 Selección de carnes rojas, aves y pescados
 - 1.3.3 Selección de frutas y verduras
 - 1.3.4 Selección de condimentos, hierbas de olor y especias
- 1.4 Enfermedades transmitidas por los alimentos
 - 1.4.1 Vehículos de transmisión de enfermedades a través de alimentos
 - 1.4.2 Tipos de contaminación
 - 1.4.3 Alimentos potencialmente peligrosos

UNIDAD 2. Normatividad Vigente

- 2.1 Buenas prácticas de manufactura (BPM)
- 2.2 NOM-605-SSA1-NORMEX2004-Prácticas de higiene y sanidad en la preparación de alimentos que



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA
CENTRO UNIVERSITARIO DE LOS VALLES
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE LA SALUD
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

PROGRAMA DE UNIDADES DE APRENDIZAJE POR
COMPETENCIAS

se ofrecen en establecimientos fijos

2.3 NOM-251-SSA1-2009-Prácticas de higiene para el procesamiento de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios

UNIDAD 3. Técnicas culinarias

3.1 Introducción a las técnicas culinarias

3.1.1 Objetivo de la técnica

3.1.2 Procedimientos en la preparación de alimentos

3.2 Equipos de cocina

3.2.1 Especificaciones de los instrumentos utilizados en cocina

3.2.2 Arquetipo en cocina

3.3 Tipos de corte

3.3.1 Cortes en verduras

3.3.2 Cortes en frutas

3.3.3 Cortes en carnes blancas

3.3.4 Cortes en carnes rojas

3.4 Métodos de cocción

3.4.1 Calor seco

3.4.2 Calor húmedo

3.4.3 Cocción en elemento graso

3.4.4 Cocción mixta

3.5 Principios gastronómicos

UNIDAD 4. Tipos de menús

4.1 Sistemas de pesas y medidas

4.1.1 Factor de corrección en los alimentos

4.1.2 Conversión de temperaturas

4.2 Necesidades nutrimentales

4.2.1 NOM-043-SSA2-2012-Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación.

4.3 Menús

4.3.1 Precios

4.3.2 Temporalidad

4.3.3 Costeo

4.3.4 Tipos de menús

4.3.4.1 Cíclico

4.3.4.2 Fijo

4.3.4.3 Selectivo

4.3.4.4 A la carta

4.3.4.5 Del día



**UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA
CENTRO UNIVERSITARIO DE LOS VALLES
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE LA SALUD
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN**

**PROGRAMA DE UNIDADES DE APRENDIZAJE POR
COMPETENCIAS**

4.3.4.6 Hospitalario

7. ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

Durante el curso el alumno y el profesor lograrán las competencias esperadas, utilizando la búsqueda y revisión de literatura científica, elaborando reportes de lectura y prácticas, así como otras actividades que le permitan comprender los aspectos teóricos y posteriormente llevarlos a la aplicación práctica (en laboratorio), teniendo como guía el manual de prácticas y la plataforma virtual (MOODLE).

8. CALIFICACIÓN DEL DESEMPEÑO POR CADA ESTRATEGIA DE APRENDIZAJE

EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	CONTEXTO DE APRENDIZAJE
Diseño de menú cíclico de 2 semanas, basándose en la temporalidad de los alimentos. Elaboración de menú cíclico, en las diferentes etapas del ciclo de la vida. Área de laboratorio de evaluación del estado nutricio y dietética (LEEND). Reportes de prácticas (evidencias). Revisión de artículos del área. Plataforma Moodle.	Elaboración de menú cíclico, en las diferentes etapas del ciclo de la vida. Desayuno, comida, cena y 2 colaciones. Criterios de la NOM-043-SSA2-2012. Diseño y elaboración de menús con principios gastronómicos. Utilizando porcentajes de adecuación de + 10 kcal para macronutrientes y micronutrientes: Vit. C ,Vit. A, ácido fólico, hierro, calcio, sodio, colesterol, fibra. Realizar reporte de lectura cumpliendo los criterios del profesor. Realizar el reporte de práctica	Aula de aprendizaje. Laboratorio de evaluación del estado nutricio y dietética (LEEND). Plataforma virtual Moodle.



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA
CENTRO UNIVERSITARIO DE LOS VALLES
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE LA SALUD
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

PROGRAMA DE UNIDADES DE APRENDIZAJE POR
COMPETENCIAS

	incluyendo las observaciones realizadas durante su ejecución. Incluir fotografías del proceso o platillo final.	
--	--	--

9. PUNTAJE/ PORCENTAJE DE CALIFICACIÓN POR CADA ESTRATEGIA DE APRENDIZAJE

Menú cíclico 20%
Manual de prácticas (Reportes) 20%
Plataforma virtual (tareas e investigaciones) 20%
Exposiciones 15%
Prácticas en laboratorio 15%
Examen 10%

Total 100%

10. ACREDITACIÓN

Criterios Administrativos

Derecho a calificación en ordinario 80% de asistencia.

Derecho a calificación en extraordinario 65 % de asistencia.

Criterios Académicos

En periodo ordinario:

Contar con el 60% de actividades registradas durante el curso.

En periodo extraordinario:

Contar con el 30% de actividades registradas durante el curso.



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA
CENTRO UNIVERSITARIO DE LOS VALLES
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE LA SALUD
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

PROGRAMA DE UNIDADES DE APRENDIZAJE POR
COMPETENCIAS

11. BIBLIOGRAFÍA

11.1.- BIBLIOGRAFÍA BÁSICA O INDISPENSABLE

- 1.- Gil Angel. Tratado de Nutrición Tomo II. Composición y Calidad Nutritiva de los Alimentos. Ed. Médica Panamericana. *(QP141T73)
- 2.- Norma Oficial Mexicana NOM- 251-SSA1-2009. Prácticas de higiene para el proceso de alimentos, bebidas.
- 3.- Gil Alfredo. Procesos de elaboración culinaria. 1ª ed. Ed. Akal. Madrid. 2012.* (TX551 G552012).
- 4.- LE CORDON BLEU. Las técnicas del chef: equipo, ingredientes, terminología gastronómica. Italia: Blume, pp. 71-79. (2002)

11.2.- BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA O ADICIONAL

- 1.- Taylor Eunice, Taylor Jerry. Fundamentos de la Teoría y Práctica del Catering, Ed. Acirbia. 2001.
- 2.- Martín C. Díaz J. Nutrición y Dietética. 2da Ed. 2009. España *(RM216 M372009)
- 3.- LAROUSSE todo sobre la cocina, 150 sencillas tareas para cocinar como los profesionales. Ed. Larousse. 2011. México.

11.3.- DIRECCIONES WEB RELACIONADAS AL CURSO

- 1.- Jeni, Wrigut y Erick Trefuile (2007). Guía completa de las técnicas culinarias:
<https://es.slideshare.net/Merchukat/gua-completa-de-las-tecnicas-culinarias-le-cordon-bleu>
- 2.- Ministerio de Agroindustria (2017). Manual de carnes y huevo. Usos y preparaciones culinarias para el aprovechamiento de la proteína animal.
http://www.alimentosargentinos.gob.ar/HomeAlimentos/Nutricion/publicaciones/consumo_diversificado/Manual%20de%20Carnes%20y%20Huevo.pdf



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA
CENTRO UNIVERSITARIO DE LOS VALLES
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE LA SALUD
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

PROGRAMA DE UNIDADES DE APRENDIZAJE POR
COMPETENCIAS

ATENTAMENTE

"Piensa y Trabaja"

Ameca, Jalisco a 00 de Julio de
2016

Profesor

Mtro. Luis Ángel López Jiménez

Presidente de Academia de
Ciencias de la Nutrición

Mtra. Laura Vanesa Solano
Santos

LAURA VANESA SOLANO SANTOS

Jefe de Departamento
Ciencias de la Salud

Dr. José Guadalupe Macías
Barragán

JOSÉ GUADALUPE MACÍAS BARRAGÁN