

En defensa de los
servicios públicos

Gobierne quien gobierne



SINDICATO DE TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE ADMINISTRACIÓN Y SERVICIOS DE CASTILLA-LA MANCHA

TEMARIO COCINERO/A

GRUPO III

(EN NEGRITA LOS TEMAS DE LA OFERTA 2019/2020. A CONTINUACIÓN LOS TEMAS DE LA ANTERIOR OFERTA DEL 2017/2018) RESALTADOS EN AMARILLO LOS CAMBIOS

Tema 1. Concepto de cocina. Condiciones físico-ambientales que debe reunir el local de cocina. Programa de autocontrol. Control de aguas, limpieza y desinfección, mantenimiento, control de proveedores y trazabilidad. Tema 1.- Concepto de cocina. Condiciones físico-ambientales que debe reunir el local de cocina. Programa de autocontrol. Control de aguas, limpieza y desinfección, mantenimiento, control de proveedores y trazabilidad.

Tema 2. Normas de higiene para la elaboración, distribución y comercio de comidas preparadas. Requisitos de las instalaciones. Concepto de comedor colectivo. Concepto y utilidad de comidas-testigo. Temas 2.- Normas de higiene para la elaboración, distribución y comercio de comidas preparadas. Requisitos de las instalaciones. Concepto de comedor colectivo. Concepto y utilidad de comidas-testigo.

Tema 3. Tecnología de la cocina. Maquinaria: generadores de calor, (gas propano, gas ciudad, electricidad), otros generadores de calor, generadores de frío y pequeña maquinaria. Herramientas de cocina: concepto y clases. Tema 3.- Tecnología de la cocina. Maquinaria: generadores de calor, (gas propano, gas ciudad, electricidad), otros generadores de calor, generadores de frío y pequeña maquinaria. Herramientas de cocina: concepto y clases. **Prevención de riesgos**

Tema 4. Terminología culinaria: concepto y términos (abrillantar, acaramelar, adobar, aromatizar, brasear, cocer al vapor, empanar, etc.). Tema 4.- Terminología culinaria: concepto y términos (abrillantar, acaramelar, adobar, aromatizar, brasear, cocer al vapor, empanar, etc.)

Tema 5. Concepto de conservación de géneros. Formas de conservación: medios físicos, químicos y biológicos. Tema 5.- Concepto de conservación de géneros. Formas de conservación: medios físicos, químicos y biológicos.

Tema 6. Clasificación de las técnicas de cocinado. Procedimiento por vía húmeda. Cocción y frituras. Procedimientos por vía seca: asados. Tema 6.- Clasificación de las técnicas de cocinado. Procedimiento por vía húmeda. Cocción y frituras. Procedimientos por vía seca: asados.

Tema 7. Concepto de fondo. Fondos básicos y complementarios: concepto y tipos; Conservación de fondos. Tema 7.- Concepto de fondo. Fondos básicos y complementarios: concepto y tipos; Conservación de fondos.

Tema 8. Verduras y hortalizas: concepto, clasificación y técnicas de cocinado. Arroz y patatas: concepto, características, cualidades y técnicas de cocinado. Legumbres: concepto, propiedades, pre elaboración y cocinado. Tema 8.- Verduras y hortalizas: concepto, clasificación y técnicas de cocinado. Arroz y patatas: concepto, características, cualidades y técnicas de cocinado. Legumbres: concepto, propiedades, pre elaboración y cocinado.

Tema 9. Grasas y Aceites: conceptos, tipos y conservación. Pastas: concepto, tipos, clasificación según su forma, y conservación. Lácteos: concepto, composición, conservación, aplicación en cocina y derivados. Tema 9.- Grasas y Aceites: conceptos, tipos y conservación. Pastas: concepto, tipos, clasificación según su forma, y conservación. Lácteos: concepto, composición, conservación, aplicación en cocina y derivados.

Tema 10. Huevos: composición, valoración y conservación. Aplicaciones generales. Métodos básicos de cocinado. Tema 10.- Huevos: composición, valoración y conservación. Aplicaciones generales. Métodos básicos de cocinado.

Tema 11. Condimentos: concepto. Origen vegetal: especias y hierbas aromáticas. Origen mineral: sal. Condimentos varios: aguardientes, licores, vinagres, azúcar y otros. Tema 11.- Condimentos: concepto. Origen vegetal: especias y hierbas aromáticas. Origen mineral: sal. Condimentos varios: aguardientes, licores, vinagres, azúcar y otros.

Tema 12. Pescados: concepto, clasificación, grado de frescor, propiedades nutritivas y métodos básicos de cocinado. Tema 12.- Pescados: concepto, clasificación, grado de frescor, propiedades nutritivas y métodos básicos de cocinado.

Tema 13. Carnes: concepto, calidad, rendimiento, clasificación según las propiedades nutritivas, y métodos básicos de cocinado. Tema 13.- Carnes: concepto, calidad, rendimiento, clasificación según las propiedades nutritivas, y métodos básicos de cocinado.

Tema 14. Confección de menús. Elementos básicos para una alimentación equilibrada. Menús saludables. Tema 14.- Confección de menús. Elementos básicos para una alimentación equilibrada. Menús saludables.

Tema 15. Inventario y control de existencias: manual y/o informático. Tema 15.- Inventario y control de existencias: manual y/o informático.

Tema 16. Recepción, almacenamiento, tratamiento, conocimiento y control de las distintas mercancías: alimentos (perecederos, congelados, conservas,); limpieza (utillaje y productos); material de oficina, lencería y menaje, y otros (talleres). Tema 16.- Recepción, almacenamiento, tratamiento, conocimiento y control de las distintas mercancías: alimentos (perecederos, congelados, conservas,..); limpieza (utillaje y productos); material de oficina, lencería y menaje, y otros (talleres).

Tema 17. Rotación y caducidad de artículos. Plan de control de desperdicios. Tema 17.- Rotación y caducidad de artículos. Plan de control de desperdicios.

Tema 18. Normas sobre manipulación de alimentos. Buenas Prácticas de Manipulación. Concepto de análisis de peligros. Alergias e intolerancias. Contaminaciones cruzadas. Tema 18.- Normas sobre manipulación de alimentos. Buenas Prácticas de Manipulación. Concepto de análisis de peligros. Alergias e intolerancias. Contaminaciones cruzadas.

Tema 19. Normas sobre conservación de alimentos. Tema 19.- Normas sobre conservación de alimentos.

Tema 20. Conocimiento del "escandallo" (consumo por persona). Distribución racional de cantidades. Consumos diarios. Tema 20.- Conocimiento del "escandallo" (consumo por persona). Distribución racional de cantidades. Consumos diarios.

Tema 21. Prevención de riesgos laborales en tareas de cocina. Riesgos específicos y su prevención en la manipulación manual de cargas, uso de utensilios y útiles de cocina. Riesgos y su prevención en trabajos en cámaras frigoríficas o de congelación.

Tema 22. La igualdad efectiva de mujeres y hombres en el ámbito de las Administraciones Públicas. Políticas públicas de igualdad. Tema 21.- La igualdad efectiva de mujeres y hombres en el ámbito de las Administraciones Públicas. Políticas públicas de igualdad.