

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.