

# ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT -TALLER DE COCINA II- TECNOLOGIA

ESCUELA EDUCACION ESPECIAL "ALFREDO FORTABAT"

DOCENTE: MINGOLLA CARINA

GRADO: TALLER DE COCINA II

TURNO: TARDE

AREA CURRICULAR: TECNOLOGIA

TÍTULO: PANIFICACIÓN- PAN CASERO –SEMITAS-TORTITAS.



## CONTENIDOS

- 🌿 HÁBITOS QUE FAVORECEN LA SALUD COMO LA HIGIENE PERSONAL, LA ALIMENTACIÓN, LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SOCIAL Y EL JUEGO.
- 🌿 LOS TRABAJOS, LOS TRABAJADORES EN VARIADOS PROCESOS DE FABRICACIÓN LOS TRABAJOS PARA PRODUCIR EN FORMA INDUSTRIAL Y ARTESANAL. (PROCESOS)

## ACTIVIDADES:

LEEMOS Y NOS INFORMAMOS SOBRE EL DENGUE

### Lo que hay que tener en cuenta

**¿Cómo se contagia?**  
Un mosquito sano pica a una persona ya infectada, en 5 a 7 días el virus se desarrolla y se aloja en las glándulas salivales del insecto, y cuando éste vuelve a picar inocula el virus a otra persona. Por este motivo es tan importante detectar precozmente los casos sospechosos y alertar a las autoridades sanitarias.

**¿Cómo se propaga la enfermedad?**  
El dengue tiene un período de incubación de entre 3 y 8 días, el virus se disemina por la sangre y es en esta etapa de "viremia" cuando la persona transmite el virus al mosquito. Por esto, es clave aislar al enfermo los primeros 7 días para evitar que se propague la epidemia.

**Aedes aegypti**  
Tiene manchas blancas en las patas y torso.  
Mide 5mm

**Criaderos más comunes**

**Botellas vacías**  
**Canaletas**  
**Bloques de construcción**  
**Bebedores**  
**Recipientes descartados**  
**Tinajas**  
**Neumáticos viejos**  
**Tanques, lavaderos**  
**Floreros**

# ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT -TALLER DE COCINA II- TECNOLOGIA

---

DIA MIÉRCOLES

RECUERDO Y PEGO LAS MEDIDAS NECESARIAS DE HIGIENE A TENER EN CUENTA ANTES DE COCINAR

- \*LAVARSE LAS MANOS.
- \*RECOGERSE EL PELO
- \*COLOCARSE EL CUBRE BOCA
- \*LIMPIAR EL LUGAR DE TRABAJO: MESA, MESADA

OBSERVA LA IMAGEN, IDENTIFICA LOS ELEMENTOS DE LIMPIEZA Y ESCRIBE EN EL CUADERNO



AYUDAR A UN ADULTO LIMPIAR EN LA CASA POR EJ. LIMPIAR LOS VIDRIOS  
ESCRIBE EN EL CUADERNO PASO A PASO COMO LOS LIMPIAMOS

DIA JUEVES

HACEMOS CHICHARRONES Y GRASA

CORTAR LA GRASA BIEN CHIQUITA Y PONERLA A DERRETIR EN UNA OLLA

# ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT -TALLER DE COCINA II- TECNOLOGIA

---

CUIDADO QUE NO SE QUEME

LUEGO CON UN ESPUMADOR SEPARAR LOS CHICHARRONES DE LA GRASA



DIA VIERNES

ELABORACIÓN DE RECETA PANIFICACIÓN

ANOTAMOS LA RECETA EN NUESTRO RECETARIO

## **PAN CASERO**

INGREDIENTES

1KG DE HARINA COMÚN

600CC DE AGUA

1 CUCH DE SAL

1 TAZA DE GRASA

50GR DE LEVADURA



PREPARACIÓN

COLOCAMOS EN UN BOLS LA HARINA, LA LEVADURA, LA GRASA, Y DE A POCO VAMOS AGREGANDO EL AGUA CON LA SAL (SALMUERA) AMASAR HASTA OBTENER UNA MASA QUE NO SE PEGUE EN LAS MANOS.

DEJAR LEUDAR MAS O MENOS EL DOBLE DE LA MASA

ARMAR LOS PANES Y DEJAR LEUDAR OTROS 20 MINUTOS

POR ULTIMO LLEVAR A HORNO.

# ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT -TALLER DE COCINA II- TECNOLOGIA

---

DIA MIÉRCOLES

## SEMITAS CON CHICHARRONES

BUSCAR LOS INGREDIENTES QUE NOS DICE LA RECETA (TRATEMOS DE VER  
LOS QUE TENEMOS EN CASA PARA NO SALIR)

INGREDIENTES

1KG DE HARINA COMÚN

600CC DE AGUA

1 CUCH DE SAL

1 TAZA DE GRASA

50GR DE LEVADURA



PREPARACIÓN PASO A PASO

COLOCAMOS EN UN BOLS LA HARINA, LA LEVADURA, LA GRASA, Y DE APOCO  
VAMOS AGREGANDO EL AGUA CON LA SAL (SALMUERA) AMASAR HASTA  
OBTENER UNA MASA QUE NO SE PEGUE EN LAS MANOS.

DEJAR LEUDAR MAS O MENOS EL DOBLE DE LA MASA

AGREGAR UNA VEZ LEUDADO LOS CHICHARRONES

ARMAR LAS SEMITAS Y DEJAR LEUDAR OTROS 20 MINUTOS

POR ULTIMO LLEVAR A HORNO.

DIA JUEVES

## TORTITAS DE GRASA

- AGUA TIBIA 450 C.C.
- GRASA VACUNA 250 GRAMOS
- HARINA 1 KILO
- LEVADURA 20 GRAMOS
- SAL FINA 10 GRAMOS



# ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT -TALLER DE COCINA II- TECNOLOGIA

## PASO A PASO

- TAMIZAR HARINA CON LA SAL Y FORMAR UNA CORONA.
- AGREGAR LEVADURA (DISUELTA EN UN POCO DE AGUA TIBIA) Y LA GRASA EN EL CENTRO.
- TRABAJAR CON LAS MANOS HASTA UNIR.
- AÑADIR EL RESTO DEL AGUA TIBIA Y AMASAR HASTA OBTENER UNA MASA SUAVE.
- CORTAR BOLLOS DE 40 GRAMOS Y DEJAR REPOSAR 20 MINUTOS TAPADAS CON FILM.
- DAR FORMA DE TORTITA, PINCHARLAS CON TENEDOR Y COLOCAR EN UNA PLACA PARA HORNO.
- COCINAR EN HORNO A 200° C POR 10 MINUTOS O HASTA QUE TOMEN COLOR.

## DIA VIERNES

### LIMPIEZA DE HELADERA

LIMPIAR Y DESINFECTAR LA HELADERA.}

LEER

**5 CLAVES PARA  
MANTENER ALIMENTOS SEGUROS  
Y EVITAR ENFERMEDADES**  
CÓMO ORDENAR LOS ALIMENTOS EN LA HELADERA

- 1 Almacenar los alimentos en pequeñas porciones.
- 2 Guardarlos en recipientes con tapa o bolsas de plástico o envolverlos con papel film transparente para evitar que se sequen y que se mezclen los olores.
- 3 Esperar a que los alimentos calientes se enfríen a temperatura ambiente antes de guardarlos en la heladera.
- 4 Dejar bastante espacio entre los alimentos para facilitar la circulación del aire frío.
- 5 Colocar delante los alimentos más antiguos y detrás, los que se han adquirido más tarde.



PRODUCTOS TERMINADOS  
LÁCTEOS Y BEBIDAS  
PRODUCTOS CRUDOS  
FRUTAS Y VERDURAS

ASSAL | ÁREA ALIMENTOS | COMPAÑIA DE **Ateaga**  
El pueblo que avanza.

EN LA HELADERA ES DONDE SE GUARDA LOS ALIMENTOS Y ES DONDE SE PRODUCE LA MAYOR CONTAMINACIÓN DE ALIMENTOS, DEBEMOS CUIDAR NUESTRA SALUD.

## ESCUELA EDUCACION ESPECIAL ALFREDO FORTABAT -TALLER DE COCINA II- TECNOLOGIA

---

CON LA AYUDA DE UN MAYOR

DEENCHUFAMOS LA HELADERA Y LA VACIAMOS

EN UN RECIPIENTE MEDIANO PREPARAMOS UNA LAVASA CON AGUA CON JABÓN Y CON UNA REJILLA LIMPIAMOS BIEN LA HELADERA POR TODOS LADOS.

GUARDAR NUEVAMENTE TODO DENTRO DE LA HELADERA TENIENDO EN CUENTA LO Q LEÍMOS AL PRINCIPIO.

POR ULTIMO ENCHUFAR LA HELADERA CON LA AYUDA DE UN MAYOR

DIRECTORA: GIOVANNA MARINO