

Ejecución y Creación de Menús Diarios Para el Establecimiento La Original Chuleta Por  
Metro

Sofia Alejandra Cifuentes Epe

Facultad de Humanidades, artes, ciencias sociales y la educación

Universidad Comfacauca “Unicomfacauca”

VI Semestre

Docente Juan Camilo Ramos Velasco

04 de diciembre del 2022

## Tabla de contenido

Introducción.....	3
Justificación.....	4
Objetivos.....	5
Marco teórico.....	6
Reseña del producto.....	7
Metodología.....	9
Plan de trabajo	
Cuestionario.....	11
Análisis del cuestionario.....	14
Propuesta al establecimiento.....	15
Resultados alcanzados.....	17
Ejecución de menús y productos obtenidos	
Conclusión.....	47

## Introducción

La Original Chuleta Por Metro es un establecimiento de comida que nace en el año 2020 dirigiéndose a un público en general, ejecutando un producto en específico que es la chuleta de pollo o de cerdo en distintas presentaciones. El cual uno de ellos es un menú personal diario ejecutivo al almuerzo, que este está compuesto por un consomé, dos tipos de carbohidratos, su proteína (chuleta), cascos de limón y ensalada.

Este establecimiento quiere contar con menús ejecutivos diarios diferentes al que presenta en su carta, ya que cierto número de clientes lo ha sugerido, para así poder contar con más variedad en sus almuerzos.

Por lo tanto, se quiere llevar a cabo la implementación de diversos menús ejecutivos a la semana que varíen en la preparación de sus sopas, proteínas, carbohidratos, vegetales y/o frutas. Estos productos se implementarán a la cantidad de consumo que se adquieran en las pruebas y así mismo se llevará a cabo para la variación de los días de la semana que se ofrecerá al público.

Teniendo en cuenta que se utilizaran productos que sean fáciles de obtener, que estén en temporada de cosecha y así mismo poder contribuir a los campesinos de nuestra región, para que nuestra economía se vea afectada positivamente y grupalmente. Así mismo, incluir preparaciones tradicionales y modernas que hagan de cada menú diario algo diferente en los días de los comensales.

El propósito es atraer y mantener los clientes del establecimiento de La Original Chuleta por Metro, con sus menús ejecutivos variados, de buena calidad, buen sabor y que en algunas ocasiones varíe entre lo tradicional y algunas preparaciones que no sean tan cotidianas en la ciudad de Popayán.

### Justificación

Surge de la necesidad que se presenta en el establecimiento La Original Chuleta Por Metro, por sugerencias de parte de los comensales, ya que ellos dirigen al restaurante tener más variedad en sus almuerzos, que, aunque el sitio tiene ya sus productos determinados, ellos quieren que haya otro tipo de opción y así mismo ellos no tener que cambiar de sitio a la hora de su almuerzo, por la atención y calidad que se les presenta a la hora que ellos tienen el consumo de los productos del lugar.

Por lo tanto, se lleva a cabo esta implementación de diferentes menús ejecutivos, nuevas técnicas de cocción, presentación y alimentos, para así no perder la asistencia de los comensales y tener una buena variedad de productos teniendo en cuenta la calidad que siempre se le ha presentado con los alimentos que han consumido.

## Objetivos

### Objetivos General

Ejecutar en el establecimiento La Original Chuleta por Metro menús ejecutivos que tengan variedad en sus elaboraciones y en los ingredientes que se van a utilizar en su realización.

### Objetivo Especifico

- Examinar sobre las preparaciones que más se consumen en el sector.
- Implementar técnicas de preparación para los alimentos para una buena presentación.
- Ampliar la variación de menús ejecutivos.
- Poner en marcha las diferentes preparaciones en los menús ejecutivos.

## Marco teórico

Según la edición digital de la revista los Andes, una milanesa se define como “un filete fino, normalmente de carne de vaca, pasado por huevo batido y luego por pan rallado, que se cocina frito o al horno y suele acompañarse con una guarnición, como papas fritas.” De igual forma refieren que la milanesa es “cualquier rebanada de un ingrediente que se pase por huevo batido y pan rallado y luego se frite, existiendo así milanesas de pollo, de pescado, de soja, de berenjena, de mozzarella, etc.”<sup>1</sup>

Para el block de Marce come si culpa, nos define la versión colombiana de los que es una chuleta “Más que un corte Chuleta en mi ciudad es un modo de preparación de una carne (generalmente cerdo o pollo) a la cual se le hace un corte y se “aplata con una piedra de río” para que quede delgada y lo más uniforme posible, luego se pasa por harina de trigo, huevo crudo y miga de pan y se fríe en algún aceite.”<sup>2</sup>

Teniendo en cuenta lo referenciado anteriormente, basamos que la diferencia entre la milanesa y la chuleta, es que la milanesa es la manera de preparación de un corte de algún alimento que es pasado por huevo y pan rallado, mientras que la chuleta en Colombia se define como una preparación de una proteína animal que se le pueden dar diferentes maneras de apanado y fritura.

---

<sup>1</sup> Revista digital Los Andes, La verdad de la milanesa, consultado el 28 de noviembre del 2022, información disponible en el siguiente link: <https://www.losandes.com.ar/la-verdad-de-la-milanesa-esta-es-la-receta-original-del-plato-favorito-de-los-argentinos/>

<sup>2</sup> Blog digital Marce come sin culpa, chuleta valluna keto, consultado el 28 de noviembre del 2022, información disponible en el siguiente link: <https://marcecomesinculpa.com/chuleta-valluna-keto-milanesa/>

## Reseña del producto

La Original Chuleta por Metro es un establecimiento de comidas, que surge de la necesidad de una familia por satisfacer el consumo de alimentos a domicilio en el tiempo donde empezó la pandemia del Covid-19. Esta instalación ofrece un producto en específico que es la chuleta de cerdo o pollo, adobada y apanada de sus inicios con ingredientes de una buena calidad y que han sido primordiales para el reconocimiento que los comensales que la consumen desde sus principios se hayan permanecido. En un inicio este establecimiento vendía su producto a los comensales solo a domicilio, con el transcurso del tiempo su clientela comenzó a crecer más por lo que llevo a cabo que este negocio diera un cambio drástico de sus instalaciones y sus preparaciones. Por lo que ya no solo vendía a domicilio, sino que sus clientes ya podían disfrutar de estos productos en un establecimiento adecuado para ir a disfrutarlo ahí mismo. Esto llevo a cabo el cuidado y los estudios adecuados para mantener a sus clientes contentos al consumir alimentos de este negocio.

Este restaurante con su producto principal que es la chuleta, ha cambiado sus acompañamientos y presentaciones al público durante el paso del tiempo. Pero a pesar de todos los cambios que se hicieron en el transcurso de la atención, se examinó que era lo más consumido y que era lo más beneficiario para el establecimiento. Esto llevo a que la nueva carta de la Original Chuleta por Metro tuviera variación en su presentación y que sus acompañantes fueran los indicados. Pero a pesar de que se le ha brindado este tipo de presentación a estos alimentos, los comensales quieren seguir teniendo cambios, por ello en la Original Chuleta por Metro se implementará más variedad en su carta, dando así inicio por el estudio de las recomendaciones que dan los clientes y este llevo a cabo el análisis de variar uno de las preparaciones del establecimiento. El menú ejecutivo que presenta este restaurante lleva como fin, resaltar su producto principal, acompañado de otras preparaciones que hagan de este un menú accesible para el consumo, pero que esto ha llevado a que los clientes no se sientan a gusto por su poca variedad. Por lo tanto, en este establecimiento de comida se hará la implementación de preparaciones variadas, que satisfagan la necesidad que se esta presentando.

El menú ejecutivo es un conjunto de preparaciones que varia a diario, por lo tanto, este establecimiento ha tomado la iniciativa de comenzar a practicar esto. Para que tenga como fin, el poder mantener sus clientes y también atraer más. Pero no solo implementar variación de preparaciones, sino también el

ejecutar nuevas técnicas de cocción, que lleven a cabo el poder mezclar preparaciones tradicionales con modernas y así también darle uso a los alimentos que nos rodean en nuestra región.

## Metodología

### Plan de Trabajo La Original Chuleta por Metro

Dentro del plan de trabajo que se establece para ejecutar en el establecimiento La Original Chuleta por Metro, se busca implementar menús ejecutivos que tengan variedad en sus elaboraciones y en los ingredientes que se van a utilizar en su realización, se propone una serie de actividades que consta de 11 pasos para lograr el objetivo propuesto.

En este sentido, se realiza una distribución de las actividades a desarrollar entre el mes de septiembre de 2022 y enero del 2023 donde se busca ejecutar el 100% de los pasos propuestos, teniendo en cuenta el orden cronológico de las actividades y que estas, están unidas por una secuencia lógica de procesos que van desde la identificación y reconocimiento del lugar, hasta la implementación de los productos finales y la identificación de los resultados obtenidos.

De esta manera, durante el mes de septiembre de 2022 se avanza con el reconocimiento del lugar de trabajo, donde se identifican los procesos de trabajo de La Original Chuleta por Metro, posteriormente se realiza un estudio para comprender los métodos de trabajo y la implementación de técnicas que se le dan a los productos alimenticios, se avanza conjuntamente en la identificación de las problemáticas que se presenta en el restaurante y se buscan e implementan estrategias para dar solución a dichas dificultades y problemáticas.

Durante la primera semana del mes de octubre, se avanza con la realización de encuestas a los comensales sobre los productos nuevos que se manejarán en el establecimiento, identificando la percepción de las personas que asisten a La Original Chuleta por Metro, recolectando la información a través de 50 encuestas realizadas de manera aleatoria a los comensales que asisten al restaurante; logrando de esta manera realizar el análisis de los resultados de las encuestas para así obtener datos de lo que se podría ejecutar, y de esta manera realizar durante dos semanas pruebas hacia los comensales, buscando la aceptación del producto.

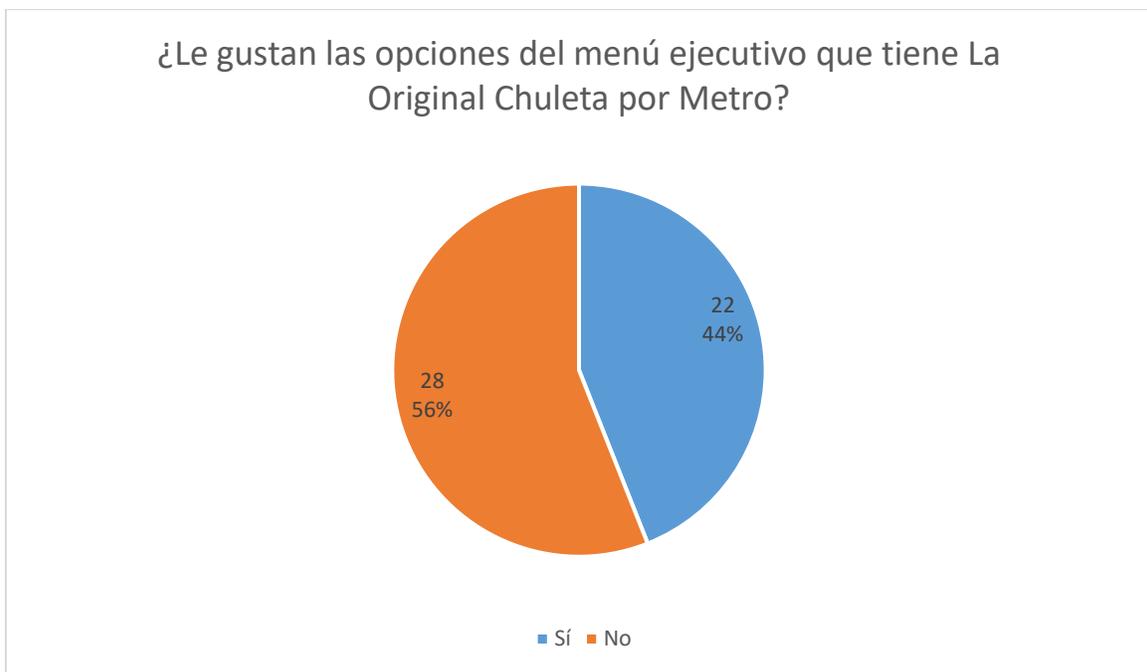
Posteriormente se realiza una identificación y análisis para plantear las ventajas y desventajas de los productos a implementar y así mismo mejorar los aspectos para sacar un buen producto, lo cual se realiza durante el mes de noviembre, acompañando este proceso se realiza un mejoramiento del producto

ejecutado, el cual se empieza a implementar entre la última semana de noviembre y las primeras tres semanas de diciembre, teniendo así, como último paso dentro de las actividades propuestas la recolección de los resultados obtenidos de este proceso de mejoramiento en La Original Chuleta por Metro, lo cual se realiza durante la última semana de diciembre y la primera semana de enero. Logrando de esta manera alcanzar el objetivo propuesto y viéndose esto reflejado en el aumento de ventas y la satisfacción de los comensales que asisten al restaurante.

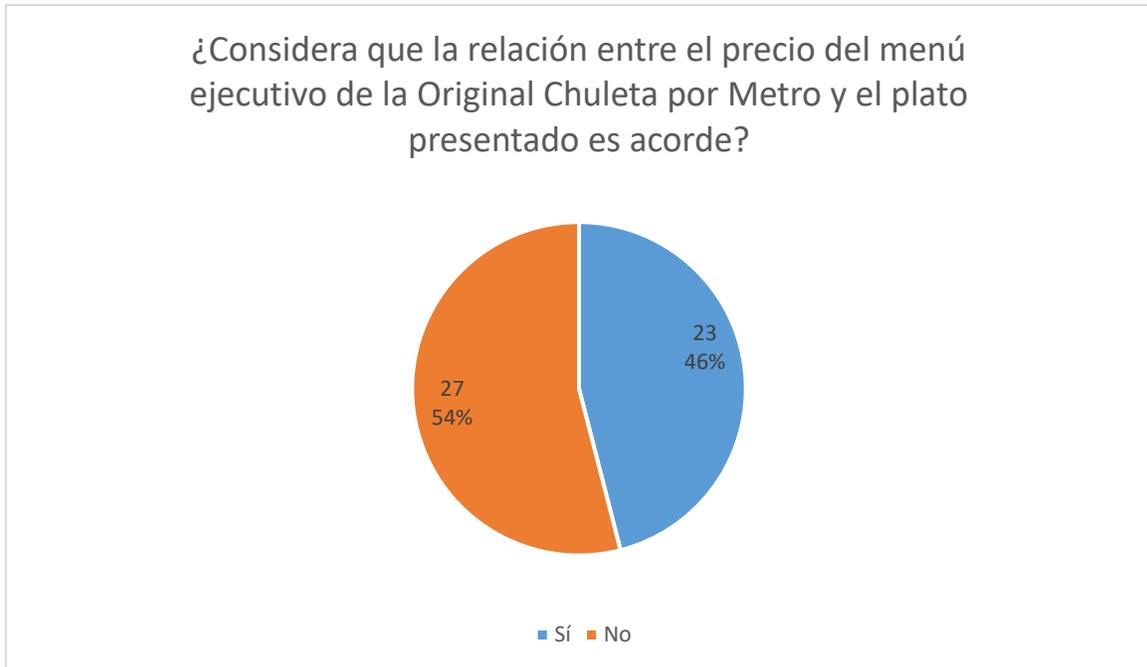
### Encuestadas Realizadas

Se realizo a los comensales de La Original Chuleta por Metro una encuesta dirigida hacia la problemática que se presenta en el restaurante y así poder estudiar y darle una solución a este. La encuesta se ejecutó a un numero de 50 personas.

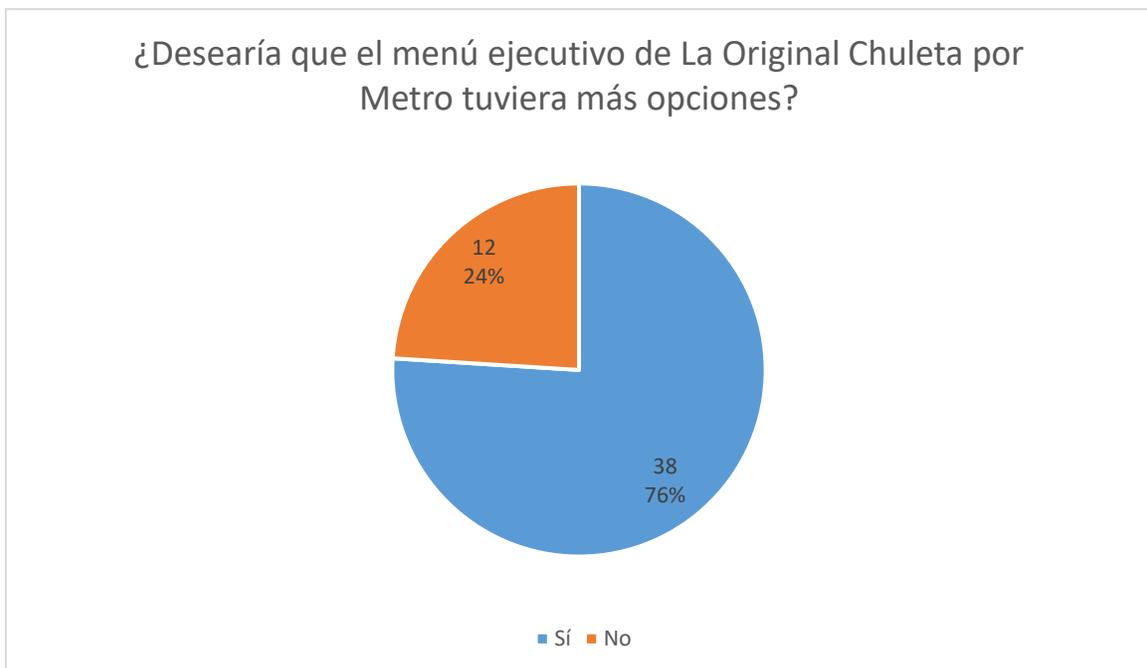
Resultados en grafica de torta



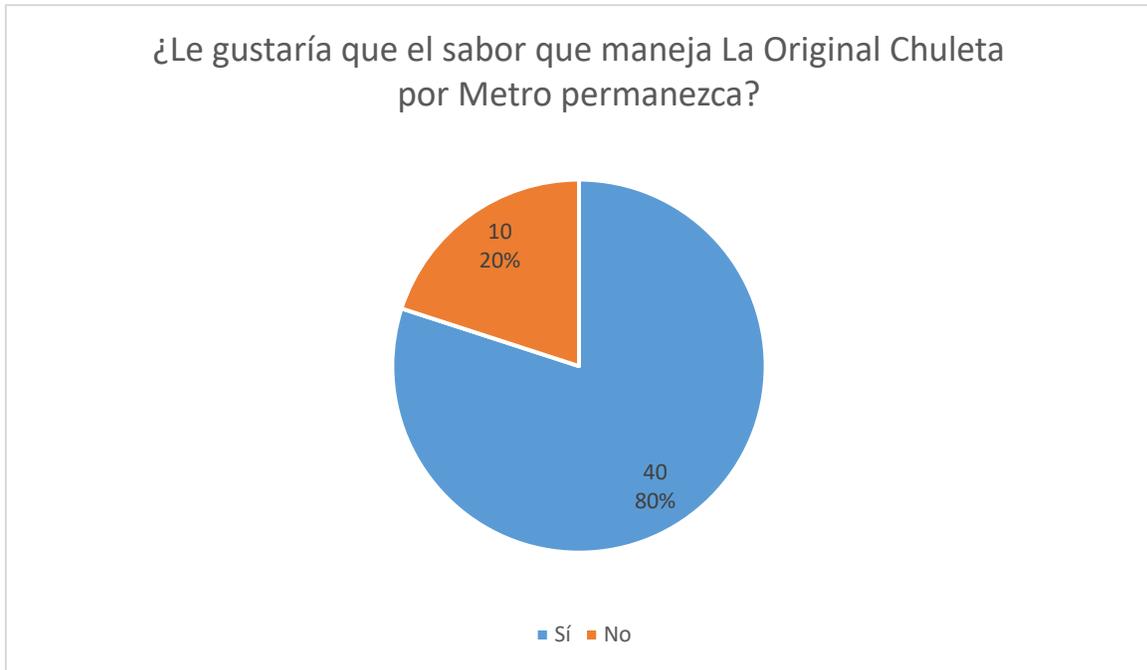
## Resultado en grafica de torta



## Resultados en gráfica de torta



Resultados en gráfica de torta



### Análisis del Cuestionario Realizado

La Original Chuleta por Metro es un establecimiento de comida, el cual su servicio al público es presentarles una deliciosa chuleta, pero también quiere complacer a sus comensales con las opiniones que dan respecto al servicio que reciben y una de esas opiniones es que la variación del menú ejecutivo que se realiza tenga más cambios, para así ellos poder en sus días tener variedad de almuerzos.

Por lo tanto, se le realiza una encuesta a un número de 50 comensales en el transcurso del mes de octubre, que lleva como fin saber y poder solucionar la problemática de la variación de los menús ejecutivos para realizar en el restaurante. Se les realizó 4 preguntas dirigidas sobre la aceptación de la calidad, el valor y la variación.

Estos resultados llevaron a cabo que los comensales si quieren un cambio y variación en el menú ejecutivo que se les ofrece a diario, que estarían dispuestos a pagar un poco más por el menú ejecutivo por la calidad de los alimentos que se les presenta y que están a gusto con el sabor que se le brinda en cada plato que se les sirve. Por ello el resultado que se le dará a este cuestionario es ejecutar variación de menús ejecutivos, teniendo en cuenta que la calidad y el sabor estén siempre presentes en cada uno de los menús que se darán a los comensales.

## Propuesta Presentada de Menús Ejecutivos a La Original Chuleta por Metro

- Menú N° 1
  - Entrada:  
Crema bicolor (Espinaca – ahuyama)
  - Fuerte:  
Cubos de cerdo agridulce
  - Acompañantes:  
Arroz pajarito (Con maduro)  
Chips de arracacha  
Ensalada (Vegetales salteados)
  
- Menú N° 2
  - Entrada:  
Sopa de torrijas
  - Fuerte:  
Goulash
  - Acompañantes:  
Arroz blanco  
Croquetas de yuca  
Ensalada verde (Lechuga crespa, sukini verde, cebolleta, cidra papa, aguacate)
  
- Menú N° 3
  - Entrada:  
Crema de brócoli
  - Fuerte:  
Rollitos de pollo con vegetales en salsa de mora
  - Acompañantes:  
Arroz con ajonjolí

Papa criolla en cascots

Ensalada fresca (Tomate, cebolleta morada, pepino, batavia)

- Menú N° 4

- Entrada:

Sopa de lentejas

- Fuerte

Crepes de pollo y espinaca

- Acompañantes:

Arroz con habichuelas

Papas a las finas hierbas

Ensalada primavera (Mix de lechugas, tomate, cebolleta morada, pimentón)

- Menú N° 5

- Entrada:

Crema de verduras

- Fuerte:

Chuleta de cerdo napolitana

- Acompañantes:

Arroz

Puré de papa

Ensalada (Repollo, zanahoria, mayonesa, miel)

## Resultados Alcanzados

### Ejecución de Menús Ejecutivos Y Productos Obtenidos

- Menú N°1



- Entrada:  
Crema bicolor (Espinaca – ahuyama)
- Fuerte:  
Cubos de cerdo agridulce
- Acompañantes:  
Arroz pajarito (Con maduro)  
Chips de arracacha  
Ensalada (Vegetales salteados)

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFACAUCA</b> UNICOMFACAUCA			
					No. 001
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Crema Bicolor		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	28-oct-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Entrada		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Espinaca	g	100	24,39	\$ 500	
Ahuyama	g	100	24,39	\$ 200	
Zanahoria	g	25	6,10	\$ 125	
Cebolleta	g	50	12,20	\$ 250	
Pimentón	g	25	6,10	\$ 150	
Ajo	g	10	2,44	\$ 90	
Aceite	mL	60	14,63	\$ 900	
Cimarrón	g	10	2,44	\$ 20	
Orégano	g	10	2,44	\$ 20	
Tomillo	g	10	2,44	\$ 20	
Cilantro	g	5	1,22	\$ 8	
Sal	g	3	0,73	\$ 6	
Pimienta	g	2	0,49	\$ 8	
		410	100,00	\$ 2.297	
<b>MISE EN PLACE</b>					
Lavar y picar todos los vegetales en mirepoix Blanquear la espinaca Tener dos ollas limpias y con aceite Cilantro finamente cortado					
<b>PREPARACIÓN</b>					
<p>En una de la olla con aceite agregamos la espinaca, con la mitad de la cantidad de la zanahoria, cebolleta, pimentón, ajo, cimarrón, orégano, tomillo y los salteamos por todos los lados, retiramos y sellamos la carcasa de pollo. Volvemos a agregar los vegetales y 200ml de agua, la mitad del peso de la sal y la pimienta. Dejamos que esto se cocine aproximadamente por 15min, retiramos las carcasas, licuamos bien y cocinamos de nuevo lo licuado por 10 min.</p> <p>En la otra olla con aceite hacemos el mismo procedimiento, pero ya no agregando la espinaca, si no la ahuyama, esta también salteada con todos los vegetales.</p> <p>Al servir las dos cremas las agregamos en jarras diferentes y a la hora de emplatar agregamos al mismo tiempo las cremas para que así no se mezclen y se pueda apreciar los colores. Agregamos cilantro para decorar.</p>					
<b>IMAGEN</b>					
					
<b>OBSERVACIONES</b>					

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFAUCA</b>			
					No. 002
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Cerdo agridulce		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	28-oct-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Proteína		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Cerdo (Pierna)	g	100	28,74	\$ 1.870	
Sal	g	4	1,15	\$ 8	
Pimienta	g	4	1,15	\$ 16	
Aceite	mL	30	8,62	\$ 450	
Zumo de piña	mL	100	28,74	\$ 140	
Salsa negra	mL	50	14,37	\$ 450	
Vinagre	mL	10	2,87	\$ 30	
Azúcar	g	30	8,62	\$ 138	
Maicena	g	20	5,75	\$ 400	
		348	100,00	\$ 3.502	
<b>MISE EN PLACE</b>					
Cortamos el cerdo en cubos En 30ml de agua, agregamos la maicena y mezclamos					
<b>PREPARACIÓN</b>					
Salteamos el cerdo en cubos con aceite y aparte colocamos en una sartén el zumo de piña, azúcar, salsa negra y vinagre a que se reduzca un poco, por último, agregamos la maicena con agua. Dejamos cocinar esta mezcla hasta que tome el punto indicado de espesor.					
<b>IMAGEN</b>					
					
<b>OBSERVACIONES</b>					

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFAUCA</b>			
					No. 003
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial		<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Arroz pajarito	
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco		<b>SEMESTRE</b>	VI	
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe		<b>FECHA</b>	28-oct-22	
<b>No. PORCIONES</b>	1		<b>UTILIDAD</b>	Carbohidrato	
<b>FORMULACIÓN</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNID. MEDIDA</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>Porcentaje (%)</b>	<b>COSTO</b>	
Arroz blanco	g	50	16,95	\$ 200	
Sal	g	15	5,08	\$ 42	
Aceite	mL	30	10,17	\$ 450	
Plátano maduro	g	50	16,95	\$ 150	
Agua	mL	150	50,85		
		295	100,00	\$ 842	
<b>MISE EN PLACE</b>					
Cortar el plátano maduro en brunoise y fritarlos					
<b>PREPARACIÓN</b>					
En una olla a fuego alto colocamos aceite y agregamos el arroz, este lo nacaramos. Cuando este en su punto agregamos el agua y la sal. Dejamos que se evapore el agua y colocamos el fuego bajo y tapamos el arroz, dejamos que cocine 5 minutos y peinamos con un trinchete el arroz, cuando el arroz haya cocinado lo suficiente añadimos los plátanos maduros y mezclamos.					
<b>IMAGEN</b>					
					
<b>OBSERVACIONES</b>					

	<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFAUCA</b>			
	<b>UNICOMFAUCA</b>			
				No. 004
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Chips de Arracacha	
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI	
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	28-oct-22	
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Carbohidrato	
<b>FORMULACIÓN</b>				
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO
Arracacha	g	20	47,62	\$ 120
Aceite	mL	20	47,62	\$ 300
Sal	g	2	4,76	\$ 4
		42	100,00	\$ 424
<b>MISE EN PLACE</b>				
Pelar y con una mandolina sacar las laminas de arracacha				
<b>PREPARACIÓN</b>				
Calentamos aceite y cuando este a una temperatura adecuada agregamos por 3				
<b>IMAGEN</b>				
				
<b>OBSERVACIONES</b>				

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFAUCA</b> UNICOMFAUCA			
No. 005					
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Vegetales salteados		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	28-oct-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Vegetales		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Brócoli	g	20	18,02	\$ 100	
Habichuela	g	20	18,02	\$ 36	
Zanahoria	g	20	18,02	\$ 100	
Pimentón	g	15	13,51	\$ 90	
Sukini verde	g	20	18,02	\$ 100	
Salsa negra	mL	10	9,01	\$ 90	
Pimienta	g	4	3,60	\$ 16	
Sal	g	2	1,80	\$ 4	
		111	100,00	\$ 536	
<b>MISE EN PLACE</b>					
Lavar todos los vegetales					
<b>PREPARACIÓN</b>					
En una sartén a fuego alto colocamos todos los vegetales a saltear y agregamos la					
<b>IMAGEN</b>					
					
<b>OBSERVACIONES</b>					

- Menú N°2



- Entrada:  
Sopa de torrejas
- Fuerte:  
Goulash
- Acompañantes:  
Arroz blanco  
Croquetas de yuca  
Ensalada verde (Lechuga crespa, sukini verde, cebolleta, cidra papa, aguacate)

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFACAUCA</b> UNICOMFACAUCA			
					No. 006
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Sopa de torrejas		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofia Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	1-nov-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Entrada		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Papa parda	g	20	8,51	\$ 40	
Papa amarilla	g	20	8,51	\$ 32	
Tomillo	g	5	2,13	\$ 10	
Cimarrón	g	5	2,13	\$ 10	
Orégano	g	5	2,13	\$ 10	
Zanahoria	g	10	4,26	\$ 50	
Cilantro	g	5	2,13	\$ 20	
Cebolla larga	g	20	8,51	\$ 80	
Harina	g	20	8,51	\$ 112	
Sal	g	3	1,28	\$ 6	
Pimienta	g	2	0,85	\$ 8	
Aceite	mL	20	8,51	\$ 300	
Agua	mL	100	42,55		
		235	100,00	\$ 678	
<b>MISE EN PLACE</b>					
<p>Picar la cebolla larga y la zanahoria finamente en brunoise          Pelar la papa parda y amarilla y picar en cubos medianos          Licuar el orégano, tomillo y cimarrón          Mezclar la harina, con 6ml de agua, sal y esa mezcla agregarla en aceite caliente de forma que queden como migajas grandes.          Picar finamente el cilantro</p>					
<b>PREPARACIÓN</b>					
<p>En una olla colocamos agua, la cebolla larga, la zanahoria, la papa parda, las hierbas licuadas y carcasas de pollo. Dejamos cocinar por 8min y luego agregamos las papas amarillas, dejamos que cocine hasta que estas esten blandas y rectificamos de sal. Al servir agregamos las torrejas y el cilantro</p>					
<b>IMAGEN</b>					
					
<b>OBSERVACIONES</b>					

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFACAUCA UNICOMFACAUCA</b>				
					No. 007	
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>		Práctica Empresarial		<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>		Goulash
<b>DOCENTE</b>		Juan Camilo Ramos Velasco		<b>SEMESTRE</b>		VI
<b>ESTUDIANTE</b>		Sofía Alejandra Cifuentes Epe		<b>FECHA</b>		1-nov-22
<b>No. PORCIONES</b>		1		<b>UTILIDAD</b>		Proteína
<b>FORMULACIÓN</b>						
<b>INGREDIENTES</b>		<b>UNID. MEDIDA</b>		<b>CANTIDAD</b>		<b>Porcentaje (%)</b>
						<b>COSTO</b>
Carne de res (Bola negra)		g		80		60,15
Zanahoria		g		10		7,52
Pimentón		g		8		6,02
Arveja		g		8		6,02
Habichuela		g		8		6,02
Salsa negra		mL		5		3,76
Sal		g		2		1,50
Pimienta		g		2		1,50
Aceite		mL		10		7,52
				133		100,00
						\$ 1.920
						\$ 50
						\$ 48
						\$ 96
						\$ 14
						\$ 45
						\$ 4
						\$ 8
						\$ 150
						\$ 2.335
<b>MISE EN PLACE</b>						
Cortar la carne en cubos Lavar y picar la zanahoria y el pimentón en brunoise Lavar y picar la habichuela en sesgo						
<b>PREPARACIÓN</b>						
En una sartén con aceite salteamos la carne en cubos y a media cocción agregamos todos los vegetales. Terminamos con salsa negra, sal y pimienta.						
<b>IMAGEN</b>						
						
<b>OBSERVACIONES</b>						

 <b>UnicomfacaUCA</b>	<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFAUCA</b>	 <b>Tecnología en Gastronomía</b>		
	<b>UNICOMFAUCA</b>			
				No. 008
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Arroz blanco	
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI	
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	1-nov-22	
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Carbohidrato	
<b>FORMULACIÓN</b>				
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO
Arroz blanco	g	50	80,65	\$ 200
Sal	g	2	3,23	\$ 4
Aceite	mL	10	16,13	\$ 150
		62	100,00	\$ 354
<b>MISE EN PLACE</b>				
Colocar una olla al fuego alto con aceite				
<b>PREPARACIÓN</b>				
En una olla con aceite caliente agregamos el arroz y nacarmos hasta que este tenga una buena contextura, agregamos el agua y la sal. Dejamos que se evapore el agua, tapamos la olla y mermamos las temperatura lo mas bajo posible, peinamos con una trinchete y dejamos que cocine hasta que reviente el arroz.				
<b>IMAGEN</b>				
				
<b>OBSERVACIONES</b>				

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFAUCA</b> UNICOMFAUCA			
					No. 009
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Croquetas de yuca		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	1-nov-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Carbohidrato		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Yuca	g	50	36,23	\$ 300	
Crema de leche	mL	5	21,74	\$ 50	
Miga de pan	g	30	0,72	\$ 150	
Huevo	Und	1	1,45	\$ 600	
Sal	g	2	1,45	\$ 4	
Aceite	mL	50	36,23	\$ 750	
		138	97,83	\$ 1.854	
<b>MISE EN PLACE</b>					
Colocar una olla al fuego alto con aceite					
<b>PREPARACIÓN</b>					
En una olla con aceite caliente agregamos el arroz y nacarmos hasta que este tenga					
<b>IMAGEN</b>					
					
<b>OBSERVACIONES</b>					

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFAUCA</b> UNICOMFAUCA			
					No. 010
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Ensalada verde		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	1-nov-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Vegetales		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Cidra papa	g	25	11,57	\$ 150	
Sukini verde	g	20	9,26	\$ 100	
Pepino	g	25	11,57	\$ 125	
Cebolleta	g	20	9,26	\$ 100	
Lechuga crespa	g	10	4,63	\$ 50	
Zumo de limon tahiti	mL	100	46,30	\$ 400	
Mango	g	5	2,31	\$ 30	
Vinagre	mL	2	0,93	\$ 20	
Azúcar	g	4	1,85	\$ 19	
Sal	g	3	1,39	\$ 6	
Pimienta	g	2	0,93	\$ 8	
		216	100,00	\$ 1.008	
<b>MISE EN PLACE</b>					
<p>Lavar todos los vegetales          Pelar y picar la cidra papa en julianas, en un bowl dejar la cidra papa con agua, zumo de limón y sal          Picar en media luna el pepino          Picar en plumas la cebolleta          Picar en julianas el sukini verde          Trocear con las manos la lechuga crespa</p>					
<b>PREPARACIÓN</b>					
<p>Retiramos el agua de la cidra papa y esta en un bowl con los demás vegetales mezclamos. Aparte licuamos el mango con el vinagre, sal, azúcar y pimienta. Este aderezo se lo agregamos a la ensalada cuando se sirva</p>					
<b>IMAGEN</b>					
					
<b>OBSERVACIONES</b>					

- Menú N°3



- Entrada:  
Crema de brócoli
- Fuerte:  
Rollitos de pollo con vegetales en salsa de mora
- Acompañantes:  
Arroz con ajonjolí  
Papa criolla en cascots  
Ensalada fresca (Tomate, cebolleta morada, pepino, batavia)

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFACAUCA</b> UNICOMFACAUCA			
					No. 011
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Crema de brócoli		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	3-nov-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Entrada		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Brócoli	g	150	42,25	\$ 1.200	
Ahuyama	g	25	7,04	\$ 50	
Zanahoria	g	25	7,04	\$ 125	
Cebolleta	g	50	14,08	\$ 250	
Pimentón	g	25	7,04	\$ 150	
Ajo	g	10	2,82	\$ 90	
Aceite	mL	30	8,45	\$ 450	
Cimarrón	g	10	2,82	\$ 20	
Orégano	g	10	2,82	\$ 20	
Tomillo	g	10	2,82	\$ 20	
Cilantro	g	5	1,41	\$ 8	
Sal	g	3	0,85	\$ 6	
Pimienta	g	2	0,56	\$ 8	
		355	100,00	\$ 2.397	
<b>MISE EN PLACE</b>					
Lavar y picar todos los vegetales en mirepoix Cilantro finamente cortado					
<b>PREPARACIÓN</b>					
En una olla agregamos el aceite, y salteamos todos los vegetales, luego agregamos la carcasa de pollo, las hierbas y el agua y cocinamos por 15min. Licuamos esta preparación y luego llevamos a fuego por 5min. Al servir agregamos el cilantro.					
<b>IMAGEN</b>					
					
<b>OBSERVACIONES</b>					

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFACAUCA</b> UNICOMFACAUCA			
					No. 012
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Rollito de pollo con vegetales en salsa de mora		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	3-nov-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Proteína		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Pechuga de pollo	g	100	34,97	\$ 1.400	
Espinaca	g	15	5,24	\$ 75	
Zanahoria	g	25	8,74	\$ 125	
Pimentón	g	25	8,74	\$ 150	
Ajo	g	10	3,50	\$ 90	
Mora	g	70	24,48	\$ 420	
Zumo de limón tahiti	mL	5	1,75	\$ 20	
Azúcar	g	30	10,49	\$ 120	
Canela	g	1	0,35	\$ 250	
Sal	g	3	1,05	\$ 6	
Pimienta	g	2	0,70	\$ 8	
		286	100,00	\$ 2.664	
<b>MISE EN PLACE</b>					
<p>Colocar a calentar una olla con suficiente agua            Filetear la pechuga de pollo            Adobar el pollo con ajo, sal y pimienta            Tatemar el pimentón y limpiarlo            Blanquear la espinaca            Corta la zanahoria en julianas y blanquearlas            Limpiar las moras</p>					
<b>PREPARACIÓN</b>					
<p>Con ayuda de papel aluminio estendemos el filete de pollo adobado y en el medio colocamos el pimentón, la zanahoria y la espinaca, enrollamos y verificamos que quede bien envuelto en el papel aluminio. En la olla con agua caliente, agregamos rollo de pollo aproximadamente por 15min. Aparte en una sartén colocamos la mora con azúcar, canela y el zumo de limón a cocinar por 5min, procedemos a licuar y llevamos a reducir esta salsa. Al servir el rollo, quitamos el papel aluminio y cortamos en rodajas y agregamos la salsa de mora.</p>					
<b>IMAGEN</b>					
					
<b>OBSERVACIONES</b>					

	<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFAUCA</b>			
	<b>UNICOMFAUCA</b>			
				No. 013
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Arroz con ajonjolí	
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI	
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	3-nov-22	
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Carbohidrato	
<b>FORMULACIÓN</b>				
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO
Arroz blanco	g	50	76,92	\$ 200
Sal	g	2	3,08	\$ 4
Ajonjolí	g	3	4,62	\$ 135
Aceite	mL	10	15,38	\$ 150
		65	100,00	\$ 489
<b>MISE EN PLACE</b>				
Doramos en una sartén el ajonjolí				
<b>PREPARACIÓN</b>				
En una olla con aceite caliente agregamos el arroz y nacarmos hasta que este tenga una buena contextura, agregamos el agua y la sal. Dejamos que se evapore el agua, tapamos la olla y mermamos las temperatura lo mas bajo posible, peinamos con una trinchete y dejamos que cocine hasta que reviente el arroz. Por ultimo agregamos el ajonjolí				
<b>IMAGEN</b>				
				
<b>OBSERVACIONES</b>				

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFAUCA</b> UNICOMFAUCA			
					No. 014
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Papa criolla en casco		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	3-nov-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Carbohidrato		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Papa criollas	g	100	65,79	\$ 200	
Sal	g	2	1,32	\$ 4	
Aceite	mL	50	32,89	\$ 750	
		152	100,00	\$ 954	
<b>MISE EN PLACE</b>					
Colocar aceite Lavar y limpiar las papas					
<b>PREPARACIÓN</b>					
Cortamos en cascos las papas y agregamos al aceite caliente hasta que estén crocantes, sacamos del aceite, agregamos sal y dejamos que se escurra el aceite. Servimos.					
<b>IMAGEN</b>					
					
<b>OBSERVACIONES</b>					

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFAUCA UNICOMFAUCA</b>			
					No. 015
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Ensalada fresca		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	3-nov-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Vegetales		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Tomate	g	30	17,05	\$ 120	
Batavia	g	20	11,36	\$ 100	
Pepino	g	25	14,20	\$ 125	
Cebolleta morada	g	20	11,36	\$ 100	
Maracuyá	g	70	39,77	\$ 420	
Vinagre	mL	2	1,14	\$ 20	
Azúcar	g	4	2,27	\$ 19	
Sal	g	3	1,70	\$ 6	
Pimienta	g	2	1,14	\$ 8	
		176	100,00	\$ 918	
<b>MISE EN PLACE</b>					
<p>Lavamos y limpiamos todos los vegetales  Cortamos el tomate en cubos pequeños  Cortamos la Batavia finamente en chiffonade  Cortamos la cebolleta en plumas  Cortamos el pepino en media luna</p>					
<b>PREPARACIÓN</b>					
<p>En un bowl mezclamos todos los vegetales. Aparte en una sartén colocamos la pulpa del maracuyá con azúcar por 5min, procedemos a licuarlo con el vinagre, sal, azúcar y pimienta. Tamizamos. Este aderezo se lo agregamos a la ensalada cuando se sirva.</p>					
<b>IMAGEN</b>					
					
<b>OBSERVACIONES</b>					

- Menú N° 4



- Entrada:  
Sopa de lentejas
- Fuerte  
Crepes de pollo y espinaca
- Acompañantes:  
Arroz con habichuelas  
Papas a las finas hierbas  
Ensalada primavera (Mix de lechugas, tomate, cebolleta morada, pimentón)

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFACAUCA</b> <b>UNICOMFACAUCA</b>			
					No. 016
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Sopa de lentejas		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	10-nov-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Entrada		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Papa parda	g	20	8,16	\$ 40	
Papa amarilla	g	20	8,16	\$ 32	
Tomillo	g	5	2,04	\$ 10	
Cimarrón	g	5	2,04	\$ 10	
Orégano	g	5	2,04	\$ 10	
Pimentón	g	10	4,08	\$ 60	
Zanahoria	g	10	4,08	\$ 50	
Cilantro	g	5	2,04	\$ 20	
Cebolla larga	g	20	8,16	\$ 80	
Lentejas	g	20	8,16	\$ 112	
Aceite	mL	20	8,16	\$ 300	
Sal	g	3	1,22	\$ 6	
Pimienta	g	2	0,82	\$ 8	
Agua	mL	100	40,82		
		245	100,00	\$ 738	
<b>MISE EN PLACE</b>					
Dejar remojando en agua las lentejas desde el día anterior Picar la cebolla larga, el pimentón y la zanahoria finamente en brunoise Pelar la papa parda y amarilla y picar en cubos medianos Licuar el orégano, tomillo y cimarrón Picar finamente el cilantro					
<b>PREPARACIÓN</b>					
En una olla colocamos la cebolla larga, la zanahoria, el pimentón y sofreimos con las lentejas. Luego agregamos la papa parda, las hierbas licuadas y carcasas de pollo. Dejamos cocinar por 8min y luego agregamos las papas amarillas, dejamos que cocine hasta que estas esten blandas y rectificamos de sal. Al servir agregamos el cilantro.					
<b>IMAGEN</b>					
					
<b>OBSERVACIONES</b>					

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFACAUCA</b> UNICOMFACAUCA			
					No. 017
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Crepes de espinaca con pollo		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	10-nov-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Proteína		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Pechuga de pollo	g	100	40,98	\$ 1.400	
Espinaca	g	20	8,20	\$ 100	
Harina	g	30	12,30	\$ 168	
Leche	mL	50	20,49	\$ 313	
Mantequilla	g	10	4,10	\$ 100	
Huevo	Und	1	0,41	\$ 600	
Maicena	g	9	3,69	\$ 180	
Aceite	mL	15	6,15	\$ 225	
Azúcar	g	1	0,41	\$ 5	
Sal	g	5	2,05	\$ 10	
Pimienta	g	3	1,23	\$ 12	
		244	100,00	\$ 3.113	
<b>MISE EN PLACE</b>					
<p>Cortamos en cubos el pollo          Blanqueamos la espinaca y luego licuamos con la leche          Mezclamos la harina, con la mitad de la leche licuada con la espinaca, el huevo, la mantequilla derretida, el azúcar, la mitad de la sal y la mitad de la pimienta.          Calentamos una sartén con mantequilla</p>					
<b>PREPARACIÓN</b>					
<p>En la sartén con mantequilla a fuego bajo, agregamos la mezcla de los crepes, teniendo en cuenta que nos queden delgados y de forma circular. Dejamos en sartén por 2min y volteamos el crepe y dejamos que termine su cocción. Aparte en una sartén con aceite salteamos los cubos de pollo con el resto de sal y pimienta, antes de que se termine la cocción del pollo, agregamos la otra mitad de la leche licuada con la espinaca y agregamos la maicena para que nos ayude a espesar.</p>					
<b>IMAGEN</b>					
					
<b>OBSERVACIONES</b>					

	<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFAUCA</b>			
	<b>UNICOMFAUCA</b>			
				No. 018
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Arroz con habichuelas	
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI	
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	10-nov-22	
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Carbohidrato	
<b>FORMULACIÓN</b>				
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO
Arroz blanco	g	50	64,94	\$ 200
Sal	g	2	2,60	\$ 4
Habichuelas	g	15	19,48	\$ 26
Aceite	mL	10	12,99	\$ 150
		77	100,00	\$ 380
<b>MISE EN PLACE</b>				
Cortar las habichuelas en vichy y blanquear				
<b>PREPARACIÓN</b>				
En una olla con aceite caliente agregamos el arroz y nacaramos hasta que este tenga una buena contextura, agregamos el agua y la sal. Dejamos que se evapore el agua, tapamos la olla y mermamos las temperatura lo mas bajo posible, peinamos con una trinchete y dejamos que cocine hasta que reviente el arroz. Por ultimo agregamos las habichuelas.				
<b>IMAGEN</b>				
				
<b>OBSERVACIONES</b>				

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFACAUCA</b> UNICOMFACAUCA			
					No. 019
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Papa a las finas hiervas		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	10-nov-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Carbohidrato		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Papa criollas	g	100	54,95	\$ 200	
Albahaca	g	10	5,49	\$ 55	
Tomillo	g	10	5,49	\$ 55	
Ajo	g	10	5,49	\$ 90	
Sal	g	2	1,10	\$ 4	
Aceite	mL	50	27,47	\$ 750	
		182	100,00	\$ 1.154	
<b>MISE EN PLACE</b>					
<p>Lavar y limpiar las papas            Cortar las papas en cascós            Maceramos el ajo            Picamos finamente la albahaca y el tomillo            Colocamos una sartén con aceite a que se caliente</p>					
<b>PREPARACIÓN</b>					
<p>Cortamos en cascós las papas y agregamos al acaeite caliente hasta que esten crocantes, sacamos del aceite. Mezclamos aparte un poco de aceite, ajo y las hiervas, untamos por encimas las papa y metemos a horno durante 8min a una temperatura de 100°C. Servimos.</p>					
<b>IMAGEN</b>					
					
<b>OBSERVACIONES</b>					

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFACAUCA UNICOMFACAUCA</b>			
					No. 020
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Ensalada primavera		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofia Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	10-nov-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Vegetales		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Tomate	g	30	16,13	\$ 120	
Lechuga crespa	g	10	5,38	\$ 50	
Batavia	g	20	10,75	\$ 100	
Pimentón	g	25	13,44	\$ 125	
Cebolleta morada	g	20	10,75	\$ 100	
Uchuvas	g	70	37,63	\$ 420	
Vinagre	mL	2	1,08	\$ 20	
Azúcar	g	4	2,15	\$ 19	
Sal	g	3	1,61	\$ 6	
Pimienta	g	2	1,08	\$ 8	
		186	100,00	\$ 968	
<b>MISE EN PLACE</b>					
<p>Lavamos y limpiamos todos los vegetales  Cortamos el tomate en cubos pequeños  Cortamos la Batavia finamente en chiffonade y troceamos la lechuga crespa  Cortamos la cebolleta en plumas  Cortamos el pimentón en julianas</p>					
<b>PREPARACIÓN</b>					
<p>En un bowl mezclamos todos los vegetales. Aparte en una sartén colocamos las uchuvas con azúcar por 5min, procedemos a licuarlo con el vinagre, sal, azúcar y pimienta. Tamizamos. Este aderezo se lo agregamos a la ensalada cuando se sirva.</p>					
<b>IMAGEN</b>					
					
<b>OBSERVACIONES</b>					

- Menú N° 5

- Entrada:

Crema de verduras

- Fuerte:

Chuleta de cerdo napolitana

- Acompañantes:

Arroz

Puré de papa

Ensalada (Repollo, zanahoria, mayonesa, miel)

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFACAUCA</b> UNICOMFACAUCA			
					No. 021
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Crema de verduras		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	17-nov-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Entrada		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Espinaca	g	25	9,62	\$ 125	
Ahuyama	g	25	9,62	\$ 50	
Zanahoria	g	25	9,62	\$ 125	
Cebolleta	g	50	19,23	\$ 250	
Pimentón	g	25	9,62	\$ 150	
Ajo	g	10	3,85	\$ 90	
Aceite	mL	60	23,08	\$ 900	
Cimarrón	g	10	3,85	\$ 20	
Orégano	g	10	3,85	\$ 20	
Tomillo	g	10	3,85	\$ 20	
Cilantro	g	5	1,92	\$ 8	
Sal	g	3	1,15	\$ 6	
Pimienta	g	2	0,77	\$ 8	
		260	100,00	\$ 1.772	
<b>MISE EN PLACE</b>					
Lavar y picar todos los vegetales en mirepoix Blanquear la espinaca Cilantro finamente cortado					
<b>PREPARACIÓN</b>					
En una olla agregamos aceite y salteamos todos los vegetales hasta que se doren, agregamos las carcasas de pollo, el gua, la sal, la pimienta y las hierbas aromatizantes. Dejamos cocinar por 15min y llevamos a licuar. Dejamos cocinar nuevamente por 8min y servimos. Agregamos el cilantro para decorar.					
<b>IMAGEN</b>					
<b>OBSERVACIONES</b>					

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFAUCA</b> UNICOMFAUCA			
					No. 022
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Chuleta de cerdo napolitana		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	17-nov-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Proteína		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Cerdo (Pierna)	g	100	25,71	\$ 1.870	
Pimentón	g	25	6,43	\$ 150	
Tomate	g	100	25,71	\$ 400	
Cebolleta	g	25	6,43	\$ 125	
Albahaca	g	10	2,57	\$ 55	
Salsa negra	mL	10	2,57	\$ 90	
Mostaza	g	5	1,29	\$ 125	
Huevo	Und	1	0,26	\$ 600	
Miga de pan	g	50	12,85	\$ 250	
Queso doble crema	g	15	3,86	\$ 337	
Sal	g	4	1,03	\$ 8	
Pimienta	g	4	1,03	\$ 16	
Aceite	mL	40	10,28	\$ 600	
		389	100,00	\$ 4.626	
<b>MISE EN PLACE</b>					
<p>Fileteamos el cerdo y adobamos con sal, pimienta, salsa negra y mostaza          Tatemamos y limpiamos el pimentón          Cortamos la mitad de los tomates en rodajas delgadas          La otra mitad del tomate junto a la cebolleta se cortan en mirepoix          Batimos el huevo con un poco de sal          Dejamos aparte un poco de albahaca fresca</p>					
<b>PREPARACIÓN</b>					
<p>En una sartén colocamos un poco de aceite y salteamos el tomate, la cebolla, el albahaca y el pimentón. Después procedemos a licuarlos y dejamos que se cocine por 8min, agregamos un poco de sal, pimienta, una pizaca de azúcar, salsa soya y mostaza. Aparte con el filete adobado, procedemos a pasarlo por el huevo revuelto y luego por la miga de pan. Esto lo llevamos a fritura. Sacamos a que se le escurra el aceite y procedemos a agregarle por encima la salsa hecha anterior mente, las rodajas de tomate, queso rayado y un poco de albahaca fresca.</p>					
<b>IMAGEN</b>					
<b>OBSERVACIONES</b>					

	<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFACAUCA</b>			
	<b>UNICOMFACAUCA</b>			
				No. 023
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Arroz blanco	
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI	
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	17-nov-22	
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Carbohidrato	
<b>FORMULACIÓN</b>				
<b>INGREDIENTES</b>	<b>UNID. MEDIDA</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>Porcentaje (%)</b>	<b>COSTO</b>
Arroz blanco	g	50	80,65	\$ 200
Sal	g	2	3,23	\$ 4
Aceite	mL	10	16,13	\$ 150
		62	100,00	\$ 354
<b>MISE EN PLACE</b>				
Colocar una olla al fuego alto con aceite				
<b>PREPARACIÓN</b>				
En una olla con aceite caliente agregamos el arroz y nacarnos hasta que este tenga una buena contextura, agregamos el agua y la sal. Dejamos que se evapore el agua, tapamos la olla y mermamos las temperatura lo mas bajo posible, peinamos con una trinchete y dejamos que cocine hasta que reviente el arroz.				
<b>IMAGEN</b>				
<b>OBSERVACIONES</b>				

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFACAUCA</b> UNICOMFACAUCA			
					No. 024
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Puré de papa		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	17-nov-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Carbohidrato		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Papa parda	g	90	77,59	\$ 180	
Crema de leche	mL	10	8,62	\$ 200	
Ajo	g	10	8,62	\$ 90	
Sal	g	2	1,72	\$ 4	
Pimienta	mL	4	3,45	\$ 16	
		116	100,00	\$ 490	
<b>MISE EN PLACE</b>					
Lavar y limpiar las papas Cortar las papas en cubos Maceramos el ajo					
<b>PREPARACIÓN</b>					
En una olla con agua caliente colocamos a cocinar las papas, cuando estas estén blandas retiramos y pasamos por un tamis para que nos den una consistencia más suave. Agregamos sal, pimienta, un poco de ajo y crema de leche, mezclamos y servimos.					
<b>IMAGEN</b>					
<b>OBSERVACIONES</b>					

		<b>CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFACAUCA</b> UNICOMFACAUCA			
					No. 025
<b>ACTIVIDAD CURRICULAR</b>	Práctica Empresarial	<b>NOMBRE DE LA PREPARACIÓN</b>	Ensalada		
<b>DOCENTE</b>	Juan Camilo Ramos Velasco	<b>SEMESTRE</b>	VI		
<b>ESTUDIANTE</b>	Sofía Alejandra Cifuentes Epe	<b>FECHA</b>	17-nov-22		
<b>No. PORCIONES</b>	1	<b>UTILIDAD</b>	Vegetales		
<b>FORMULACIÓN</b>					
INGREDIENTES	UNID. MEDIDA	CANTIDAD	Porcentaje (%)	COSTO	
Repollo	g	40	33,06	\$ 152	
Zanahoria	mL	40	33,06	\$ 200	
zumo de limón tahiti	mL	5	4,13	\$ 20	
Miel	g	10	8,26	\$ 340	
Mayonesa	g	5	4,13	\$ 95	
Aceite	mL	10	8,26	\$ 150	
Azúcar	g	7	5,79	\$ 28	
Sal	g	2	1,65	\$ 4	
Pimienta	mL	2	1,65	\$ 8	
		121	100,00	\$ 997	
<b>MISE EN PLACE</b>					
Rayar la zanahoria Picar el repollo en chiffonade					
<b>PREPARACIÓN</b>					
En una sartén con aceite caliente salteamos la zanahoria con sal y pimienta. Procedemos a hacer los mismo con el repollo. Dejamos que reposen, mezclamos y agregamos la miel mayonesa, zumo de limón y azúcar.					
<b>IMAGEN</b>					
<b>OBSERVACIONES</b>					

## Conclusión

Al haberse realizado un estudio de la problemática que se presentaba en el establecimiento, lleva a la variación de preparaciones que se pueden tener, como así mismo que las personas puedan conocer más sobre los alimentos que pueden obtener en su región y la variada gastronomía que nos rodea, esto hace que se logre buena acogida de este tipo de productos. Así se alcanza a que el restaurante varíe en sus técnicas de cocción, en la variabilidad de productos y la mezcla de elaboraciones que son tradicionales de la región y modernas para el público que consume.