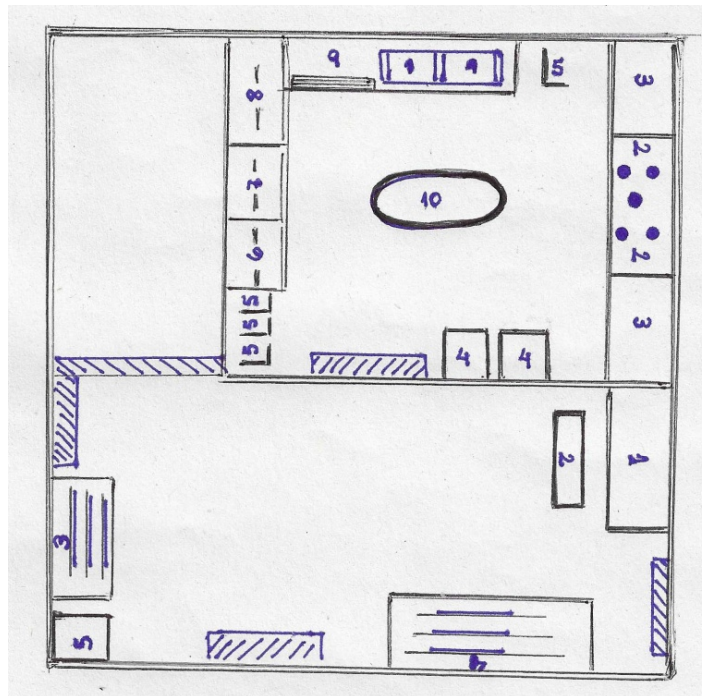


## Responsabilidades (Roles)

- Jefe de cocina
- Ayudantes

## Normas de Higiene y Seguridad

- Limpieza personal.
- Limpieza de la cocina.
- Manejo de alimentos (evitar contaminación, rotular, etc...)
- Uso de equipo.



## Distribución de Cocina

1. Fregadero
2. Cocina - Horno
3. Ollas - Utensilios
4. Nevera - Congelador
5. Basura: Plástico - Cartón- Orgánico
6. Infusiones - Bolsas residuos.
7. Alacena Monjes - Alacena desayuno
8. Vajilla: Fuentes - Tapper - Cubiertos
9. Lavavajillas
10. Mesa preparación comida.

## Distribución de Antecocina

1. Estación de café
2. Recepción de alimentos
3. Despensa de alimentos
4. Recepción de Dāna
5. Nevera



## Preparación de comida

- Planificación de menus (simple - saludables)
- Horario de comida (Desayuno, almuerzo, te)
- Dietas especiales (celiacos, sido, diabetes)
- Código de disciplina (Sammāvāca - Noble palabra)
- Reglas de la tradición (Ofrenda formal y Kappiyam)

## Planificación de menus

### Desayunos

- Porridge
- Cafe, leche e infusiones
- Pan tostado
- Frutas
- Frutos secos
- Mantequilla
- Dulces

### Almuerzo

- Arroz
- Ensaladas
- Plato principal
- Postre y/o Frutas

### Tiempo del Té

Para laicos:

- Té
- Zumo
- Cafe
- Chocolate (cacao)

Para monjes:

- Té
- Zumo
- Chocolate (cacao)

## Horarios

- El desayuno se servirá a las 7:15am. Su preparación sera a partir de las 6am.
- El almuerzo sera a las 11:30am. A partir de las 9:00am se comienza a elaborar.
- El Té se sirve a las 5:00pm. Se prepara a las 4:40pm.
- Una vez que la mesa este servida, respetando los horarios mencionados, se tocara el Gong 3 veces.
- Con cada elaboración de alimentos la cocina quedará limpia y organizada.
- Luego del Té de las 5pm, no se permanecerá en la cocina.

