

Conservación y manipulación de alimentos, unidad 2, actividad 1

El calculo que la ama de casa necesita es:

Miembros de la familia son 8.

Menús de los 7 días de la semana son:

Lunes

Pasta en salsa pesto (50 gr por persona) y ensalada fría de papa, torta de banano y limonada.

Pasta (500gr), salsa pesto(20gr de hojas de albahaca,2 dientes de ajo, 200 gr de maní,150gr de queso parmesano, 50ml de aceite de oliva y dos pizcas de sal), ensalada de papa fría por persona son 75gr (papa 600gr, arveja 100 gr, zanahoria 170 gr, pimentón 150gr, 1 diente de ajo, 20gr de mantequilla y 150gr de mayonesa) torta de banano por persona son 65gr(2 libras de banano,250gr de harina, 150gr de mantequilla, 40 ml de leche,100gr de azúcar y una cucharada de esencia de vainilla) limonada(1libra de limones).

Martes

Pollo en salsa al curry (100gr por persona) ensalada de remolacha, gelatina de piña y jugo de lulo.

Pollo (4 libras de pechuga) salsa al curry (2 cucharadas de curry en polvo, una cucharada de mantequilla,2 yogures naturales,2 cucharaditas de fécula de maíz,30ml de agua, 50gr de cebolla, pimienta y sal al gusto), ensalada de remolacha por persona son 93gr (3 libras de rremolacha,50gr de mayonesa, sal y pimienta al gusto) gelatina de piña por persona son 30gr(6 sobres de gelatina sabor piña que equivalen a 240gr) una libra y media de lulo.

Miércoles

Frijoles con trozos de tocino (200gr por persona) pie de manzana y jugo de tomate de árbol.

Frijoles (2 kilos), tocino (4 libras), pies de manzana por persona son 62gr(2 libras y media de manzanas, 20 gr de fécula de maíz, 100gr de azúcar) una libra y media de tomate de árbol.

Jueves

Carne molida (100 gr por persona), arroz verde, flan y jugo de gulupa.

Diego Felipe Muñoz Rodríguez

Conservación y manipulación de alimentos, unidad 2, actividad 1

Carne molida(4libras), arroz verde por persona 46gr (una libra y media de arroz, espinaca 150gr, albahaca 50gr, repollo verde 100gr, 2 dientes de ajo, sal y pimienta al gusto), flan por persona 75gr (leche condensada 200gr, leche 600ml,10 huevos y 150gr de azúcar) y una libra y media de gulupa.

Viernes

Ajiaco (150gr por persona) tomates rellenos, bocadillo con queso y jugo de mora.

Ajiaco (3libras de papa criolla, 1 libra de papa sabanera, 3 libras de pechuga, 30gr de pimentón, 40gr de apio, 1 diente de ajo, 30gr de cebolla larga, sal y pimienta al gusto) tomates rellenos por persona son 93gr (3 libras de tomate, 8 huevos, 2 dientes de ajo, pimentón 40gr, zanahoria 40gr, sal y pimienta al gusto) queso con bocadillo por persona son 62gr (una libra de queso y una libra de bocadillo) una libra y media de mora.

Sábado

Mojarra frita (1 mojarra por persona), patacón y arroz, plátano maduro con queso y bocadillo y naranjada.

Mojarra (8 unidades), patacón por persona son 50gr (400 gr plátanos pintones), Arroz (2 libras), plátano maduro por persona es 1 unidad de plátano que cada uno lleva su bocadillo y su queso (8 plátanos maduros, 1 libra de queso y 1 libra de bocadillo) y una libra y media de naranjas.

Domingo

Arroz con pollo (200gr por persona), papas a la francesa, ensalada de frutas y jugo de fresa.

Arroz con pollo (6 libras de arroz, 4 libras de pechuga de pollo, zanahoria 150gr, pimentón 150gr, habichuela150gr, 2 dientes de ajo, 100gr de cebolla cabezona, 10gr de color, sal y pimienta al gusto), papa francesa por persona son 125gr(1kilo), ensalada de frutas por persona 75gr (mango 100gr, pera100gr, fresa 100gr, durazno 100gr, cereza 100gr, melón 100gr) y una libra y media de fresa.

Conservación y manipulación de alimentos, unidad 2, actividad 1

Clasificación de los alimentos.

Alimento perecedero	Alimento no perecedero
Albahaca, queso, ajo, papa, zanahoria, pimentón, banano, leche, limones, pollo, yogur, cebolla, remolacha, lulo, tocino, manzana, tomate de árbol, carne molida, espinaca, repollo verde, leche condensada, gulupa, huevos, tomate, apio, cebolla larga, mora, mojarra, plátano maduro, papa francesa, mango, pera, durazno, cereza, melón.	Pasta, maní, aceite, sal, arveja, mantequilla, mayonesa, harina, curry en polvo, fécula de maíz, pimienta, gelatina en sobres, frijoles, azúcar,

Clasificación de los alimentos por cada menú.

lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Pasta, albahaca, maní, queso parmesano, aceite, sal, papa, arveja, zanahoria, pimentón, mantequilla, mayonesa, banano, harina, leche, limón.	Pollo, curry, mantequilla, Yogur, fécula de maíz, cebolla, pimienta, sal, remolacha, mayonesa, sobres de gelatina de piña, lulo.	Frijoles, tocino, manzana, tomate de árbol, fécula de maíz, azúcar.	Carne molida, arroz, espinaca, albahaca, repollo verde, ajo, sal, pimienta, leche condensada, leche, huevos, azúcar, gulupa.	Papa criolla, papa sabanera, pollo, pimentón, apio, ajo, cebolla larga, sal, pimienta, tomate, huevos, zanahoria, queso, bocadillo, mora.	Mojarra, Plátano maduro, plátano pintón, arroz, queso, bocadillo, naranjas.	Arroz, pollo, zanahoria, pimentón, habichuela, ajo, cebolla, cabezona, color, sal, pimienta, papa francesa, mango, pera, fresa, durazno, cereza, melón,

Diego Felipe Muñoz Rodríguez