

## ANEXO

### **PROGRAMA CORRESPONDIENTE A LAS PRUEBAS SELECTIVAS DEL PROCESO EXTRAORDINARIO DE ESTABILIZACIÓN DE EMPLEO TEMPORAL DEL PERSONAL LABORAL PARA EL ACCESO A PLAZAS DE LA CATEGORÍA PROFESIONAL DE TÉCNICO DE COCINA (GRUPO III, NIVEL 5, ÁREA B) DE LA COMUNIDAD DE MADRID**

#### **Temario general**

1. La Constitución española de 1978: características. Los principios constitucionales y los valores superiores. Derechos y deberes fundamentales. Su garantía y suspensión.
2. El Estatuto de Autonomía: estructura y contenido. Las competencias de la Comunidad de Madrid: Potestad legislativa, potestad reglamentaria y función ejecutiva.
3. La Asamblea Legislativa: composición, funciones y potestades. La Presidencia de la Comunidad y el Gobierno: funciones y potestades, composición, designación y remoción.
4. La Administración Autonómica: Organización y estructura básica. Las Consejerías, Organismos Autónomos y Entes que integran la misma.
5. Derechos y deberes de los empleados públicos. Código de conducta. Régimen disciplinario. Régimen de incompatibilidades del personal al servicio de las Administraciones Públicas.
6. El principio de igualdad entre mujeres y hombres. La tutela contra la discriminación. El marco normativo para la promoción de la igualdad de género y para la protección integral contra la violencia de género, la LGTBIfobia y la discriminación por razón de orientación e identidad sexual. Especial referencia a la Comunidad de Madrid.

#### **Temario específico**

7. Alimentos: nutrición y dietética. Clases de alimentos y nutrientes. Hidratos de carbono, grasas, proteínas, vitaminas, minerales. Necesidades nutricionales en las personas según su edad.
8. Dietoterapia: conceptos básicos y elaboración de menús y dietas. Cálculo de cantidades de género por persona y menú.
9. Manipulación de alimentos (I): normas sobre manipulación de alimentos y buenas prácticas de manipulación. Concepto de análisis de peligros. Alergias e intolerancias. Contaminaciones cruzadas.
10. Manipulación de alimentos (II): higiene necesaria en su elaboración. Higiene en los locales y útiles de trabajo. Hábitos higiénicos del manipulador: higiene personal. Limpieza de despensas y cámaras frigoríficas.
11. Conservación de géneros crudos, semielaborados y elaborados. Métodos de envasado y conservación. Fases y puntos clave durante el desarrollo de las técnicas de envasado y conservación. Sistemas y métodos de conservación y regeneración de productos.
12. Rotación y caducidad de artículos. Plan de control de desperdicios.
13. El local de cocina. Condiciones que debe reunir un local de cocina. Departamentos de cocina. Funciones y misiones de los mismos. Equipamiento. Distribución del trabajo en cocina.
14. Maquinaria de cocina. Generadores de calor y frío. Pequeña maquinaria. Batería se cocina, moldes y herramientas.
15. Términos culinarios. Métodos de cocinado. Definición, usos, aplicaciones y procesos.
16. Control y recepción de géneros. Operaciones de almacenamiento. Circuito documental. Confección de fichas de productos. El escandallo. Trazabilidad. Etiquetado.
17. Introducción a la higiene sanitaria: los peligros físicos, químicos y biológicos en relación con los alimentos. Riesgos asociados y medidas preventivas. Nociones básicas de microbiología alimentaria. Enfermedades de transmisión alimentaria.
18. Prácticas correctas higiénicas y de manipulación en restauración colectiva. Legislación: Obligaciones y prohibiciones. Almacenamiento de alimentos y su adecuada conservación.
19. Limpieza y desinfección de las áreas de manipulación: diseño de los locales de Manipulación. Limpieza y desinfección. Conservación y Limpieza de instrumentos y elementos de trabajo. Disposición y almacenamiento de residuos. El control de las plagas.
20. Información sobre alérgenos: alergia alimentaria e Intolerancia alimentaria.

21. Plan de Autocontrol y Sistema de APPCC (Análisis de Peligros y Puntos de Control Crítico).
22. Los condimentos. El azúcar, la sal y el vinagre. Hierbas aromáticas y especias. Condimentos frescos y secos. Hortalizas de condimentación. Aderezos. Grasas y aceites.
23. Fondos de cocina. Fundamentales y complementarios. Salsas. Grandes y pequeñas salsas básicas. Salsas derivadas. Composición, variaciones, elaboración, aplicaciones y conservación.
24. Hortalizas. Hortalizas de temporada. Limpieza y conservación. Métodos de cocinado. Elaboraciones. Las ensaladas. Setas y hongos.
25. Las legumbres secas y las patatas. Clases, calidad, propiedades, preelaboración, aplicaciones, conservación y cocinado. Potajes, sopas, consomés y cremas. Las guarniciones.
26. Huevos. Composición, valor comercial, conservación y grado de frescura. Métodos de cocinado. Las pastas. El arroz.
27. Pescados y mariscos. Limpieza y conservación. Identificación del frescor, presentación en el mercado, métodos de captura y temporadas, especies más importantes, clasificación. Métodos de cocinado. Corte y racionado del pescado.
28. Las carnes. Generalidades, valoración comercial. Métodos de cocinado. El vacuno mayor, vacuno menor, cerdo y cordero. Despieces y desguaces. Denominación de las piezas. Las aves, la caza. Los despojos.
29. Los postres. Simples y elaborados. Elaboraciones de repostería. Los quesos y lácteos. Helados. Las frutas. Elaboraciones de pastelería y panadería.
30. Prevención de Riesgos Laborales y Salud Laboral en el desarrollo de las funciones propias de la categoría. Especial referencia a: manejo de productos peligrosos, retirada y traslado de residuos biosanitarios y citotóxicos, químicos y tóxicos. Higiene postural. Riesgos de caídas.