



REFERENCIAL DE FORMAÇÃO ADAPTADO (RFA)

Pessoas com Deficiências e Incapacidades (PCDI)

EM VIGOR

	
<p>Área de Educação e Formação</p>	<p>811 . Hotelaria e Restauração</p>
<p>Código e Designação do Referencial de Formação</p>	<p>811177_RFA - Cozinheiro/a</p> <hr/> <p>Nível de Qualificação do QNQ: 2</p>
<p>Modalidades de Educação e Formação</p>	<p>Qualificação de Pessoas com Deficiência ou Incapacidade</p>
<p>Publicação e actualizações</p>	<p>Publicado no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) nº 4 de 29 de Janeiro de 2010 com entrada em vigor a 29 de Janeiro de 2010.</p>
<p>Observações</p>	

1. Perfil de Saída¹

Descrição Geral

O/A Cozinheiro/a é o/a profissional que prepara, cozinha e emprata alimentos, sob supervisão, em estabelecimentos de restauração e bebidas, integrados ou não em unidades hoteleiras, respeitando as normas de protecção do ambiente, segurança, higiene e saúde no trabalho.

Actividades Principais

- Armazenar e assegurar o estado de conservação das matérias-primas utilizadas no serviço de cozinha.
- Preparar o serviço de cozinha, de forma a possibilitar a confecção das refeições necessárias.
- Confeccionar entradas, sopas, pratos de carne, de peixe, de marisco e de legumes, e outros alimentos e acordo com receituários e em função da ementa estabelecida.
- Confeccionar sobremesas de acordo com receituários e em função da ementa estabelecida.
- Articular com o serviço de mesa a fim de satisfazer os pedidos de refeições e colaborar em serviços especiais.
- Efectuar a limpeza e arrumação dos espaços, equipamentos e utensílios do serviço, verificando as existências e controlando o seu estado de conservação.

¹ Este perfil corresponde ao perfil profissional de Assistente Administrativo adaptado a pessoas com deficiências e incapacidades.

2. Organização do Referencial de Formação

Formação para a Inclusão (FI)

Formação para a Integração

Código ²	UFCD	Horas
6369PCDI	1 Portefólio	25
6370PCDI	2 Balanço de competências/Plano individual de formação	50
6371PCDI	3 Igualdade de oportunidades	25
6372PCDI	4 Procura activa de emprego	50
6373PCDI	5 Legislação laboral	25
6374PCDI	6 Empreendedorismo	25

Formação de Base

Áreas De Competências - Chave	Horas
Cidadania e Empregabilidade (CE)	150
Linguagem e Comunicação (LC)	150
Matemática para a Vida (MV)	150
Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC)	150

Formação Tecnológica

Código ²	UFCD pré-definidas	Horas
3296APCDI	1 Higiene e Segurança Alimentar	25
3297APCDI	2 Sistema HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points)	25
6389PCDI	3 Conceitos de saúde e factores de risco	50
3299APCDI	4 Organização e gestão da cozinha	25
6390PCDI	5 Limpeza e higienização dos equipamentos e instalações de restauração	75
3300APCDI	6 Preparação e conservação de vegetais	100
3301APCDI	7 Preparação e conservação de peixe e marisco	50
3302APCDI	8 Preparação e conservação de carnes, aves e caça	50

3303APCDI	9	Confecção de sopas, cremes e caldos e consommés	100
3304APCDI	10	Confecção de saladas	50
3305APCDI	11	Confecção de fundos, molhos e pratos principais de cozinha	100
6391PCDI	12	Confecção de guarnições	100
3306APCDI	13	Confecção de sobremesas	100
3315APCDI	14	Nutrição e dietética	25
3309APCDI	15	Confecção de entradas/acepipes regionais	100
3310APCDI	16	Confecção de sopas, cremes e caldos regionais	100
3311APCDI	17	Confecção de pratos regionais de peixe e marisco	50
3312APCDI	18	Confecção de pratos regionais de carne	100
3313APCDI	19	Confecção de sobremesas regionais	100
3314APCDI	20	Articulação da actividade de cozinha com o serviço de mesa regular	25
3317APCDI	21	Confecção de entradas/acepipes internacionais	25
3318APCDI	22	Confecção de sopas, cremes, caldos e consommés internacionais	25
3319APCDI	23	Confecção de guarnições internacionais	25
3320APCDI	24	Confecção de pratos internacionais de peixe e marisco	25
3321APCDI	25	Confecção de pratos internacionais de carne	25
3322APCDI	26	Confecção de compotas, geleias e sobremesas de fruta internacionais	25
3323APCDI	27	Confecção de produtos de pastelaria e sobremesas internacionais	25
3324APCDI	28	Articulação da actividade de cozinha com o serviço de mesa especial	25
3307	29	Língua francesa na cozinha - vocabulário técnico	25
3298APCDI	30	Gestão da qualidade	25
Total:			1600

Formação Prática em Contexto de Trabalho

1200 H

²Os códigos assinalados a laranja correspondem a UFCD comuns a dois ou mais referenciais, ou seja, transferíveis entre referenciais de formação.

3. Desenvolvimento da Formação

3.1. Formação para a Integração

6369PCDI	Portefólio	Carga horária 25 horas
-----------------	-------------------	----------------------------------

Objectivo(s)	<ul style="list-style-type: none"> Estruturar o dossiê/portefólio.
---------------------	---

Conteúdos

- Aspectos gráficos de escrita e de organização
 - Coerência das experiências de aprendizagem relevantes
 - Adequação e fundamentação
 - Natureza pessoal, problematização, abrangência e profundidade
 - Objectivos adequados ao projecto
-

6370PCDI	Balanco de competências/Plano individual de formação	Carga horária 50 horas
-----------------	---	----------------------------------

Objectivo(s)	<ul style="list-style-type: none"> Reconhecer as singularidades das pessoas. Reconhecer as necessidades/interesses/expectativas pessoais. Identificar o perfil de competências.
---------------------	--

Conteúdos

- Singularidades pessoais
 - Projecto de vida individual
 - Diversos estilos de aprendizagem
 - Necessidades/interesses/expectativas pessoais
 - O equilíbrio entre o balanço de competências construído, avaliado e/ou as evidências observadas
 - Perfil de competências
 - A formação centrada na pessoa
 - Valorização de pontos fortes
 - Estratégias, recursos e tempos
 - A reflexão sobre as práticas de formação
-

6371PCDI

Igualdade de oportunidades

Carga horária

25 horas

Objectivo(s)

- Identificar diferentes formas de desigualdade.
- Reconhecer as influências associadas às diversidades culturais, étnicas e religiosas.
- Identificar diferentes formas de discriminação pessoal, social e profissional.

Conteúdos

- Desigualdade do género
 - Fenómenos de violência em função do género (masculino/feminino)
 - Condições laborais face ao género
 - O masculino e o papel simbólico da linguagem
 - Assimetrias em função do género na comunicação
- Culturas, etnias e religiões
 - Diversidade como uma riqueza
 - Influências das diferentes culturas, etnias e religiões para a vida de um país
 - A importância das relações de interdependência num quadro de diversidade
- Comportamentos discriminatórios
 - Situações de discriminação ou abuso
 - Situações de desigualdade
 - Impactos na vida pessoal, social e profissional
 - Igualdade de oportunidades numa democracia paritária
 - Igualdades de oportunidades na deficiência

6372PCDI

Procura activa de emprego

Carga horária

50 horas

Objectivo(s)

- Reconhecer os factores relevantes para a procura de emprego.
- Identificar as oportunidades de emprego.
- Elaborar um currículo.

Conteúdos

- A procura de emprego
 - O interesse, a motivação e a satisfação pessoal
 - A formação e as competências alcançadas
 - Profissões específicas e polivalências profissionais
 - Os pontos fortes e os pontos fracos
 - Modelos e tipos de emprego
- Oportunidades de emprego
 - Recursos locais - centros de emprego, GIP (Gabinetes de Inserção Profissional), centros de recursos especializados, agências privadas de colocação, empresas de trabalho temporário, bolsa de emprego *online*, Juntas de Freguesia, espaços comerciais
 - Redes relacionais (familiares, amigos, vizinhos, pessoas conhecidas)
 - Imprensa escrita, suporte electrónico, anúncios publicitários, outros
- Elaboração de currículo
 - Carta de apresentação
 - Identificação
 - Formação académica
 - Formação profissional
 - Experiência profissional
 - Actividades extras profissionais

6373PCDI

Legislação laboral

Carga horária

25 horas

- Objectivo(s)**
- Identificar os direitos e deveres laborais.

Conteúdos

- Legislação e normas na área de trabalho
 - Caracterização da legislação da actividade profissional
 - Condições de trabalho
 - Assiduidade, férias e feriados
 - Direitos e deveres dos trabalhadores
 - Direitos e deveres dos empregadores
- Regulamentos internos na empresa

6374PCDI

Empreendedorismo

Carga horária

25 horas

- Objectivo(s)**
- Identificar as características do ao empreendedorismo.
 - Reconhecer os procedimentos de estímulo ao empreendedorismo.

Conteúdos

- Características do empreendedorismo
 - Optimismo, iniciativa e criatividade
 - Conhecimento e inovação
 - Relacionamento interpessoal
 - Capacidade de liderança
 - Capacidade de organização
- Suportes ao empreendedorismo
 - Estratégias de intervenção
 - Resistência ao fracasso

3.2. Formação de Base

A componente da formação de base deve ser operacionalizada em função do *“Guia metodológico para o acesso das pessoas com deficiências e incapacidades ao processo de reconhecimento, validação e certificação de competências – nível básico”*.

3.3. Formação Tecnológica

3296APCDI	Higiene e Segurança Alimentar	Carga horária 25 horas
------------------	--------------------------------------	----------------------------------

Objectivo(s)	<ul style="list-style-type: none"> Colaborar no desenvolvimento dos procedimentos adequados para as boas práticas de higiene na produção/confeção dos alimentos.
---------------------	---

Conteúdos

- Noções básicas de microbiologia
- Noções de higiene
- Conservação e armazenamento de géneros alimentícios
- Noções de limpeza e desinfeção
- Introdução à aplicação do APCPC (Análise de perigos e controlo dos pontos críticos)

3297APCDI	Sistema HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points)	Carga horária 25 horas
------------------	--	----------------------------------

Objectivo(s)	<ul style="list-style-type: none"> Colaborar no desenvolvimento de boas práticas num sistema preventivo de segurança alimentar, através da análise dos perigos e do controlo dos pontos críticos do processo.
---------------------	--

Conteúdos

- Garantia da Segurança Alimentar (HACCP)
 - Introdução
 - Princípios e conceitos
 - Terminologia
 - Regulamentação
 - Procedimentos

6389PCDI	Conceitos de saúde e factores de risco	Carga horária 50 horas
-----------------	---	----------------------------------

Objectivo(s)	<ul style="list-style-type: none"> Reconhecer os princípios fundamentais da Saúde e identificar os factores de risco no serviço.
---------------------	---

Conteúdos

- Saúde vs Doença
- Noções básicas sobre agentes patogénicos
 - Desenvolvimento dos agentes patogénicos em diferentes meios
- Agentes nocivos à saúde
 - Consequências da não aplicação das regras de higiene e prevenção

3299APCDI

Organização e gestão da cozinha

Carga horária

25 horas

Objectivo(s)

- Participar no planeamento da produção, na organização das matérias-primas, produtos e utensílios inerentes à cozinha com vista a actividade diária.

Conteúdos

- Organização de uma cozinha
 - Tipologia de serviços
 - Instalações, equipamentos e utensílios
 - Hierarquia profissional
 - Equipa de trabalho
 - Indumentária utilizada no serviço de cozinha
 - Terminologia utilizada em cozinha
- Tecnologia dos equipamentos e utensílios
 - Características, funções e manutenção dos equipamentos utilizados (fogões, fornos, grelhadores, convectores, microondas, câmaras de vácuo)
 - Características, funções e manutenção dos equipamentos de frio (frigoríficos, câmaras de refrigeração e de conservação de congelação, congelação rápida, caixas térmicas e células de arrefecimento rápido)
 - Características, funções e manutenção dos utensílios (bateria da cozinha)
- Boas práticas de higiene e segurança

6390PCDI

Limpeza e higienização dos equipamentos e instalações de restauração

Carga horária

75 horas

Objectivo(s)

- Proceder à limpeza e higienização dos espaços, utensílios e equipamentos.

Conteúdos

- Produtos de limpeza, suas características, finalidades e métodos de aplicação
 - Composição, diluição e aplicação
 - Biodegradabilidade
 - Arrumação, rotulagem e manuseamento dos produtos
 - Precauções na sua utilização, aplicação e conservação
- Métodos e técnicas de execução dos trabalhos de limpeza
 - Balcões e bancadas
 - Paredes
 - Chão
 - Utensílios e equipamentos
- Cuidar da loiça
 - Lavagem manual ou na máquina
 - Técnicas de limpeza
 - Arrumação

3300APCDI

Preparação e conservação de vegetais

Carga horária

100 horas

- Objectivo(s)**
- Preparar, acondicionar e conservar vegetais, sob supervisão.

Conteúdos

- Tecnologia das matérias-primas
 - Principais espécies e variedades de vegetais - legumes, hortaliças, verduras, tubérculos, cogumelos, trufas, frutas, ervas aromáticas
 - Utilizações - saladas, sopas, guarnições e decoração
- Técnicas de preparação adequadas às variedades de vegetais, à culinária prevista e à sua utilização em saladas, sopas, guarnições e decoração
 - *Mise-en-place* da cozinha para o trabalho do dia
 - Manuseamento de utensílios e material culinário
 - Selecção, limpeza, lavagem e corte dos vegetais
- Acondicionamento e conservação de vegetais
 - Principais técnicas e sua adequação (vácuo, refrigeração, congelação rápida *cook-chill* e *cook-freeze*)
- Boas práticas de higiene e segurança

3301APCDI

Preparação e conservação de peixe e marisco

Carga horária

50 horas

- Objectivo(s)**
- Preparar e conservar peixe e marisco, sob supervisão.

Conteúdos

- Tecnologia das matérias-primas
 - Principais variedades de peixes e mariscos peixes de mar, de rio, mariscos bivalves, crustáceos e moluscos
- Técnicas de preparação adequadas às variedades de peixes e mariscos, à tipologia de utilização e ao estabelecido na instrução técnica
 - *Mise-en-place* da cozinha para o trabalho do dia
 - Selecção dos peixes e mariscos
 - Verificação do estado de frescura dos peixes e mariscos
 - Verificação do estado de conservação dos peixes e mariscos
 - Operações de preparação adequadas, tais como: lavar, limpar, escamar, eviscerar, pelar, descabeçar, despinhar
 - Divisão em porções de determinados peixes e mariscos: postas, filetes, medalhões, supremos, tranches, goujonettes e outros
- Acondicionamento e de conservação de peixes e mariscos
 - Principais técnicas e sua adequação (vácuo, refrigeração, congelação rápida *cook-chill* e *cook-freeze*)
- Boas práticas de higiene e segurança

3302APCDI

Preparação e conservação de carnes, aves e caça

Carga horária

50 horas

Objectivo(s)

- Preparar, acondicionar e conservar carnes, aves e peças de caça, sob supervisão.

Conteúdos

- Principais espécies e variedades de carnes utilizados na cozinha
 - Espécie – bovina, suína, ovina, caprina, equídea, criação, caça de pelo e caça de penas
 - Raça/origem
 - Apresentação inicial - carcaça, quartos, peça
 - Região anatómica - lombo, alcatra, vazia, costela, entrecosto, perna, miudezas e outros
 - Técnicas de preparação adequadas às variedades de carnes, à tipologia de utilização e ao estabelecido na instrução técnica
 - Verificação/avaliação do estado de frescura, de conservação e qualidade
 - Operações de preparação adequadas às carnes: chamuscar, lavar, limpar, desmanchar, cortar, desossar e picar
 - Operações de preparação de aves e caça: chamuscar, limpar, desmanchar, cortar, desossar e rechear
 - Acondicionamento e conservação de carnes, aves e caça
 - Principais técnicas e sua adequação (vácuo, refrigeração, congelação rápida *cook-chill* e *cook-freeze*)
 - Boas práticas de higiene e segurança

3303APCDI

Confeção de sopas, cremes e caldos e consommés

Carga horária

100 horas

Objectivo(s)

- Confeccionar, sob supervisão, sopas, cremes, caldos e *consommés*.

Conteúdos

- Identificação e composição dos diversos tipos de sopas, cremes, caldos e *consommés* praticados em restauração e a sua adequação aos tipos de refeições e de eventos
 - Creme de legumes
 - Sopa Glória
 - Sopa de legumes à camponesa
 - Outras
- Técnicas de preparação e confeção adequadas aos diversos tipos de sopas, à tipologia de utilização e ao estabelecido nas instruções técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas simples e fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação, preparados industriais e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - Verificação da qualidade das matérias-primas e ingredientes, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Acondicionamento, decoração e conservação, seguindo instruções directas
- Boas práticas de higiene e segurança

3304APCDI

Confeção de saladas

Carga horária

50 horas

Objectivo(s)

- Confeccionar saladas.

Conteúdos

- Identificação e composição das principais variedades de saladas praticadas em restauração e a sua adequação nos vários tipos de refeições
 - Saladas simples
 - Saladas compostas
 - Técnicas de preparação e confeção adequados aos diversos tipos de saladas, à tipologia de utilização e ao estabelecido nas instruções técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas simples e fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas.
 - Selecção dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação, preparados industriais e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - Verificação da qualidade das matérias-primas e ingredientes, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
 - Acondicionamento, decoração e conservação, seguindo instruções directas
 - Boas práticas de higiene e segurança
-

3305APCDI

Confeção de fundos, molhos e pratos principais de cozinha

Carga horária

100 horas

Objectivo(s) • Confeccionar, sob supervisão, fundos, molhos e os pratos principais de cozinha.

Conteúdos

- Processos básicos de preparação culinária dos produtos alimentares e os mais aplicáveis a cada tipo de alimento
 - Tipos de cozedura: concentração, expansão e mista
 - Assar no forno
 - Grelhar na chapa
 - Estufar
 - Gratinar
 - Saltear
 - Fritar em azeite, em óleo, em gordura animal e vegetal
 - Outros
- Identificação e composição dos diferentes molhos base e derivados composição e utilizações
 - Caldos de carne/aves, de peixe, de legumes, de crustáceos
 - Embamata
 - Molhos de base aveludados de carne, aves e peixe
 - Molho de tomate
 - Molho americano
 - Molho bechamel e derivados
 - Molho vinagrete e derivados
 - Molho maionese e derivados
 - Molho holandês e derivados
 - Molho bearnês e derivados
 - Sucos
 - Outros
- Alimentos mais usualmente utilizados na preparação de pratos principais: carnes, peixes, mariscos
- Alimentos utilizados em preparações diversas: ovos, lacticínios, gorduras, farinhas, plantas aromáticas, especiarias, outros
- Técnicas de preparação e confeção dos fundos, molhos e dos pratos principais de cozinha, à tipologia de utilização e ao estabelecido nas instruções técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas, fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - Verificação da qualidade das matérias-primas e ingredientes, seguindo instruções directas
 - Cuidados de preparação e confeção, respeitando as composições e as quantidades de doses individuais predeterminadas, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Acondicionamento, decoração e conservação, seguindo instruções directas
 - Importância da estética na sua apresentação
 - Decoração em pratos
 - Decoração em travessas
- Boas práticas de higiene e segurança

6391PCDI

Confeção de guarnições

Carga horária
100 horas

Objectivo(s) • Confeccionar e apresentar guarnições, sob supervisão.

Conteúdos

- Identificação e composição das principais variedades de guarnições praticadas em restauração e a sua adequação nos vários tipos de refeições
 - Massas
 - Arroz
 - Batatas
 - Legumes
 - Hortaliças
 - Outros
- Técnicas de preparação e confeção adequadas às diversas guarnições, à tipologia de utilização e ao estabelecido nas instruções técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas simples e fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - Verificação da qualidade das matérias-primas e ingredientes, seguindo instruções directas
 - Cuidados de preparação e confeção, respeitando as composições e as quantidades de doses individuais predeterminadas, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Acondicionamento, decoração e conservação, seguindo instruções directas
- Boas práticas de higiene e segurança

3306APCDI

Confeção de sobremesas

Carga horária
100 horas

Objectivo(s) • Confeccionar sobremesas, sob supervisão.

Conteúdos

- Identificação e composição das principais variedades de sobremesas em restauração e a sua adequação nos vários tipos de refeições
 - Sobremesas de fruta
 - Compotas e geleias
 - Queijos
 - Produtos de pastelaria e outras sobremesas
- Tecnologia das matérias-primas
 - Tipos de frutas tropicais, adstringentes, oleaginosas, aquosas
 - O estado de maturação das frutas
 - Oxidação das frutas
 - Tipos de queijos
- Técnicas de preparação e confeção respeitando as respectivas composições e as quantidades de produto final pré-determinadas
 - Leitura e descodificação de receitas, fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - Verificação da qualidade das matérias-primas e ingredientes, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Acondicionamento, decoração e conservação, seguindo instruções directas
- Boas práticas de higiene e segurança

3315APCDI

Nutrição e dietética

Carga horária

25 horas

Objectivo(s)

- Reconhecer os princípios da nutrição e alimentação.
- Classificar os constituintes alimentares.
- Colaborar na classificação dos diferentes tipos de dieta e na elaboração de ementas.

Conteúdos

- Nutrição e alimentação
 - Conceitos de nutrição e alimentação
 - Principais funções da alimentação
- Constituintes alimentares
- Noções básicas de metabolismo
- Roda dos alimentos/pirâmide alimentar
- Alimentação equilibrada
 - Regras para uma alimentação saudável
 - Principais erros alimentares
 - Necessidades diárias de nutrientes
 - Alimentação racional
 - Regras para a elaboração de ementas
- Tipos de dietas
- Alimentação da criança
- Alimentação do idoso

3309APCDI

Confeção de entradas/acepipes regionais

Carga horária

100 horas

Objectivo(s)

- Confeccionar e apresentar entradas/acepipes regionais, sob supervisão.

Conteúdos

- Entradas/acepipes: características das regiões, tradições e religiões
- Alimentos mais usualmente utilizados na preparação de entradas
 - Massas, arroz, batatas, legumes, hortaliças (etc.)
- Entradas/acepipes da cozinha regional portuguesa praticados em restauração e a sua adequação aos tipos de refeições e de eventos
 - Iguarias do Minho
 - Iguarias de Trás-os-Montes
 - Iguarias das Beiras
 - Iguarias da Estremadura
 - Iguarias do Alentejo
 - Iguarias do Algarve
 - Iguarias da Madeira
 - Iguarias dos Açores
- Tecnologia das matérias-primas
 - Identificação e composição das diferentes massas básicas utilizadas em cozinha
 - Função, utilização, armazenamento e conservação dos produtos/matérias-primas
- Técnicas de preparação e confeção adequadas aos diversos tipos de entradas e acepipes, à tipologia de utilização e ao estabelecido nas instruções técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas, fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção e preparação dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação das matérias-primas e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Acondicionamento, decoração e conservação, seguindo instruções directas
- Boas práticas de higiene e segurança

3310APCDI

Confeção de sopas, cremes e caldos regionais

Carga horária

100 horas

Objectivo(s) • Confeccionar e apresentar sopas, cremes e caldos regionais, sob supervisão.

Conteúdos

- Sopas, cremes e caldos: características das regiões, tradições e religiões
 - Tipos de sopas, cremes e caldos da cozinha regional portuguesa praticados em restauração e a sua adequação aos tipos de refeições e de eventos
 - Iguarias do Minho
 - Iguarias de Trás-os-Montes
 - Iguarias das Beiras
 - Iguarias da Estremadura
 - Iguarias do Alentejo
 - Iguarias do Algarve
 - Iguarias da Madeira
 - Iguarias dos Açores
 - Tecnologia das matérias-primas
 - Função, utilização, armazenamento e conservação dos produtos/matérias-primas
 - Técnicas de preparação e confeção adequadas aos diversos tipos de sopas, à tipologia de utilização e ao estabelecido nas instruções técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas, fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção e preparação dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação das matérias-primas e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
 - Acondicionamento, decoração e conservação, seguindo instruções directas
 - Boas práticas de higiene e segurança
-

3311APCDI

Confeção de pratos regionais de peixe e marisco

Carga horária

50 horas

Objectivo(s) • Confeccionar e apresentar pratos típicos regionais de peixe e marisco, sob supervisão.

Conteúdos

- Pratos de peixe e marisco: características das regiões, tradições e religiões
- Tipos de pratos regionais de peixe e marisco e a sua adequação aos tipos de refeições e de eventos
 - Iguarias do Minho
 - Iguarias de Trás-os-Montes
 - Iguarias das Beiras
 - Iguarias da Estremadura
 - Iguarias do Alentejo
 - Iguarias do Algarve
 - Iguarias da Madeira
 - Iguarias dos Açores
- Tecnologia das matérias-primas
 - Tipos de peixe fresco, seco, congelado, para cozer, grelhar, assar, fritar e outros
 - Tipos de crustáceos: lagostas, lagostins, santolas, camarões, outros
 - Tipos de moluscos amêijoas (vários tipos), mexilhões, ostras, búzios, outros
 - A época dos moluscos
 - Função, utilização, armazenamento e conservação dos produtos/matérias-primas
- Técnicas de preparação e confeção adequadas aos diferentes tipos de pratos de peixe e marisco, à tipologia de utilização e ao estabelecido nas instruções técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas, fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção e preparação dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação das matérias-primas e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - A lavagem do peixe e/ou marisco
 - A preparação do peixe
 - O descasque do marisco, meios e processos utilizados para cada espécie
 - Arranjo de crustáceos
 - O quebrar e o corte dos diferentes crustáceos
- Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Acondicionamento, decoração e conservação, seguindo instruções directas
- Boas práticas de higiene e segurança

3312APCDI

Confeção de pratos regionais de carne

Carga horária

100 horas

Objectivo(s) • Confeccionar e apresentar pratos regionais de carne, sob supervisão.

Conteúdos

- Pratos de carne: características das regiões, tradições e religiões
- Tipos de pratos regionais de carne e a sua adequação aos tipos de refeições e de eventos
 - Iguarias do Minho
 - Iguarias de Trás-os-Montes
 - Iguarias das Beiras
 - Iguarias da Estremadura
 - Iguarias do Alentejo
 - Iguarias do Algarve
 - Iguarias da Madeira
 - Iguarias dos Açores
- Tecnologia das matérias-primas
 - Tipos de carne - bovinos, suínos, ovinos/caprinos, coelhos, aves, espécies de caça, outras
 - Noções de anatomia, desmancha e corte
 - Enchidos para cozer: natureza, tipos e regiões
 - Função, utilização, armazenamento e conservação dos produtos/matérias-primas
- Técnicas de preparação e confeção adequadas aos diferentes tipos de pratos de carne, à tipologia de utilização e ao estabelecido nas instruções técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas, fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção e preparação dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação das matérias-primas e outros ingredientes, seguindo instruções directas
- Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Acondicionamento, decoração e conservação, seguindo instruções directas
- Boas práticas de higiene e segurança

3313APCDI

Confeção de sobremesas regionais

Carga horária

100 horas

Objectivo(s) • Confeccionar sobremesas regionais, sob supervisão.

Conteúdos

- Sobremesas: características das regiões, tradições e religiões
- Tipos de sobremesas e a sua adequação aos tipos de refeições e de eventos
 - Iguarias do Minho
 - Iguarias de Trás-os-Montes
 - Iguarias das Beiras
 - Iguarias da Estremadura
 - Iguarias do Alentejo
 - Iguarias do Algarve
 - Iguarias da Madeira
 - Iguarias dos Açores
 - Sobremesas de fruta
 - Compotas e geleias
 - Queijos
 - Produtos de pastelaria e outras sobremesas
- Tecnologia das matérias-primas
 - Tipos de frutas tropicais, adstringentes, oleaginosas, aquosas
 - O estado de maturação das frutas
 - Oxidação das frutas
 - Tipos de queijos
 - Função, utilização, armazenamento e conservação dos produtos/matérias-primas
- Técnicas de preparação e confeção adequadas aos diferentes tipos de sobremesas, à tipologia de utilização e ao estabelecido nas instruções técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas, fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção e preparação dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Acondicionamento, decoração e conservação, seguindo instruções directas
- Boas práticas de higiene e segurança

3314APCDI

Articulação da actividade de cozinha com o serviço de mesa regular

Carga horária

25 horas

Objectivo(s) • Colaborar na articulação da actividade da cozinha com o serviço de mesa regular.

Conteúdos

- Serviços regulares
 - Pequeno-almoço
 - Almoço ou jantar
- Preparação/confeção de iguarias, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade das matérias-primas e ingredientes
 - Técnicas de preparação/confeção
 - Empratamento e decoração
 - Controlo de qualidade dos produtos finais
- Preparação e desenvolvimento do serviço de iguarias nos serviços regulares de mesa, seguindo instruções directas
 - A articulação entre os serviços de cozinha, pastelaria e mesa
 - Distribuição das iguarias
- Boas práticas de higiene e segurança

3317APCDI

Confeção de entradas/acepipes internacionais

Carga horária

25 horas

Objectivo(s)

- Confeccionar e apresentar de entradas/acepipes internacionais, sob supervisão.

Conteúdos

- Entradas/acepipes da cozinha internacional praticados em restauração e a sua adequação aos tipos de refeições e de eventos
 - Iguarias da Europa
 - Iguarias da Ásia
 - Iguarias de África
 - Iguarias da América
- Tecnologia das matérias-primas
 - Alimentos mais usualmente utilizados na preparação de entradas: massas, arroz, batatas, legumes, hortaliças etc.
 - Função, utilização, armazenamento e conservação dos produtos / matérias-primas
- Técnicas de preparação e confeção descritas nas fichas técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas, fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção e preparação dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Acondicionamento e decoração, seguindo instruções directas
 - Regras de empratamento
 - Criatividade
- Técnicas de conservação
- Boas práticas de higiene e segurança

3318APCDI

Confeção de sopas, cremes, caldos e consommés internacionais

Carga horária

25 horas

Objectivo(s)

- Confeccionar e apresentar sopas, cremes, caldos e *consommés* internacionais, sob supervisão.

Conteúdos

- Tipos de sopas, cremes, caldos e *consommés* da cozinha internacional e a sua adequação aos tipos de refeições e de eventos
 - Iguarias da Europa
 - Iguarias da Ásia
 - Iguarias de África
 - Iguarias da América
- Tecnologia das matérias-primas
 - Função, utilização, armazenamento e conservação dos produtos/matérias-primas
- Técnicas de preparação e confeção descritas nas fichas técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas, fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção e preparação dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Acondicionamento e decoração, seguindo instruções directas
 - Regras de empratamento
 - Criatividade
- Técnicas de conservação
- Boas práticas de higiene e segurança

3319APCDI

Confeção de guarnições internacionais

Carga horária

25 horas

Objectivo(s) • Confeccionar guarnições internacionais, sob supervisão.

Conteúdos

- Identificação e composição das principais variedades de guarnições internacionais praticadas em restauração e a sua adequação aos tipos de refeições e de eventos
 - Iguarias da Europa
 - Iguarias da Ásia
 - Iguarias de África
 - Iguarias da América
- Tecnologia das matérias-primas
 - Alimentos mais usualmente utilizados na preparação de acompanhamentos e guarnições: massas, arroz, batatas, legumes, hortaliças
 - Função, utilização, armazenamento e conservação dos produtos/matérias-primas
- Técnicas de preparação e confeção descritas nas fichas técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas, fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção e preparação dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Acondicionamento e decoração
 - Regras de empratamento
 - Criatividade
- Técnicas de conservação
- Boas práticas de higiene e segurança

3320APCDI

Confeção de pratos internacionais de peixe e marisco

Carga horária

25 horas

Objectivo(s) • Confeccionar e apresentar pratos internacionais de peixe e marisco, sob supervisão.

Conteúdos

- Tipos de pratos internacionais de peixe e marisco e a sua adequação aos tipos de refeições e de eventos
 - Iguarias da Europa
 - Iguarias da Ásia
 - Iguarias de África
 - Iguarias da América
- Tecnologia das matérias-primas
 - Tipos de peixe - fresco, seco, congelado
 - Tipos de crustáceos - lagostas, lagostins, santolas, camarões, outros
 - Tipos de moluscos - amêijoas (vários tipos), mexilhões, ostras, búzios, outros
 - Espécies frescas e congeladas
 - Função, utilização, armazenamento e conservação dos produtos/matérias-primas
- Técnicas de preparação e confeção descritas nas fichas técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas, fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção e preparação dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Acondicionamento e decoração, seguindo instruções directas
 - Regras de empratamento
 - Criatividade
- Técnicas de conservação
- Boas práticas de higiene e segurança

3321APCDI
Confeção de pratos internacionais de carne
Carga horária
25 horas

Objectivo(s) • Confeccionar e apresentar pratos internacionais de carne, sob supervisão.

Conteúdos

- Tipos de pratos internacionais de carne e a sua adequação aos tipos de refeições e de eventos
 - Iguarias da Europa
 - Iguarias da Ásia
 - Iguarias de África
 - Iguarias da América
- Tecnologia das matérias-primas
 - Função, utilização, armazenamento e conservação dos produtos/matérias-primas
- Técnicas de preparação e confeção descritas nas fichas técnicas
- Leitura e descodificação de receitas, fichas técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas, fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção e preparação dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Acondicionamento e decoração, seguindo instruções directas
 - Regras de empratamento
 - Criatividade
- Técnicas de conservação
- Boas práticas de higiene e segurança

3322APCDI
Confeção de compotas, geleias e sobremesas de fruta internacionais
Carga horária
25 horas

Objectivo(s) • Confeccionar compotas, geleias e sobremesas de fruta internacionais, sob supervisão.

Conteúdos

- Tipos de compotas, geleias e sobremesas de fruta internacional e a sua adequação aos tipos de refeições e de eventos
 - Iguarias da Europa
 - Iguarias da Ásia
 - Iguarias de África
 - Iguarias da América
 - Preparações de fruta ao natural
 - Saladas
 - Confeção de fruta - assada, cozida e outras
 - Compotas e geleias
- Tecnologia das matérias-primas
 - Tipos de frutas - tropicais, adstringentes, oleaginosas, aquosas
 - O estado de maturação das frutas
 - Oxidação das frutas
 - O uso de bebidas e outros ingredientes
 - Função, utilização, armazenamento e conservação dos produtos/matérias-primas
- Técnicas de preparação e confeção descritas nas fichas técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas, fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção e preparação dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Acondicionamento e decoração, seguindo instruções directas
 - Regras de empratamento
 - Criatividade
- Técnicas de conservação
- Boas práticas de higiene e segurança

3323APCDI

Confeção de produtos de pastelaria e sobremesas internacionais

Carga horária
25 horas

Objectivo(s)

- Confeccionar produtos de pastelaria e sobremesas internacionais, sob supervisão.

Conteúdos

- Tipos de produtos de pastelaria e sobremesas internacionais e a sua adequação aos tipos de refeições e de eventos
 - Iguarias da Europa
 - Iguarias da Ásia
 - Iguarias de África
 - Iguarias da América
 - Tipos de doces frios
 - Tipos de coberturas
 - Tipos de Queijos
- Tecnologia das matérias-primas
 - Função, utilização, armazenamento e conservação dos produtos/matérias-primas
- Técnicas de preparação e confeção descritas nas fichas técnicas
 - Leitura e descodificação de receitas, fichas técnicas, auxiliares e/ou alternativas
 - Selecção e preparação dos equipamentos e utensílios, seguindo instruções directas
 - Selecção, preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes, seguindo instruções directas
 - Colaboração no controlo da qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Acondicionamento e decoração, seguindo instruções directas
 - Regras de empratamento
 - Criatividade
- Técnicas de conservação
- Boas práticas de higiene e segurança

3324APCDI

Articulação da actividade de cozinha com o serviço de mesa especial

Carga horária
25 horas

Objectivo(s)

- Colaborar na articulação da actividade da cozinha com o serviço de mesa especial.

Conteúdos

- Serviços especiais
 - *Buffet*
 - *Self-service*
 - Banquete
 - *Room-service*
- Preparação/confeção de iguarias
 - Colaboração no controlo da qualidade das matérias-primas e ingredientes, seguindo instruções directas
 - Técnicas de preparação/confeção
 - Corte e apresentação de peixes, carnes, frutas, doces e queijos
 - Controlo de qualidade dos produtos finais, seguindo instruções directas
- Decoração
 - Decorações em legumes
 - Decorações em frutas
- Preparação e desenvolvimento do serviço de iguarias nos serviços especiais de mesa
 - Preparação e decoração dos espaços, seguindo instruções directas
 - A articulação entre os serviços de cozinha, pastelaria e mesa, seguindo instruções directas
 - Distribuição das iguarias
 - O apoio ao serviço, em função do tipo de evento
- Boas práticas de higiene e segurança

3307

Língua francesa na cozinha - vocabulário técnico

Carga horária

25 horas

Objectivo(s) • Reconhecer e aplicar vocabulário técnico simples.

Conteúdos

- Importância da língua francesa na cozinha
- Vocabulário técnico específico da cozinha
- Expressões básicas de comunicação utilizadas no dia-a-dia, no contexto profissional

3298APCDI

Gestão da qualidade

Carga horária

25 horas

Objectivo(s) • Colaborar no desenvolvimento dos procedimentos para o cumprimento das normas e sistemas de gestão da qualidade.

Conteúdos

- Conceitos da qualidade
- Modelos da qualidade
- Garantia da qualidade
- Qualidade total
- Normas da qualidade

4. Sugestão de Recursos Didáticos

- Código de boas práticas de higiene para a restauração - H. Carrelhas, UNISNOR, 2001
- Comprendre la cuisine - D Behague, Clichy , Editions BPI,1991
- Confeitaria y pasteleria manual de formación - AMV Ediciones
- Cuisine de référence - M. Maincent, Editions BPI, Clichy, 1999
- Dicionário académico de alemão – português / português – alemão - Anónimo, Porto Editora, 2004
- Dicionário académico de espanhol – português - Anónimo, Porto Editora, 2003
- Dicionário académico de francês – português / português – francês - Colecção Dicionários académicos, Porto Editora, 2006
- Dicionário académico de inglês – português / português – inglês, Colecção Dicionários académicos, Porto Editora, 2006
- Dicionário académico de português – espanhol - Anónimo, Porto Editora, 2004
- Elementos básicos de economato - Aboim, J.M.B, INFT, 1983
- Enologia, fundamentos científicos y tecnológico - C. Flanzky, Mundiprensa, 2003
- Français du tourisme (Le) - H. Renner, U. Renner, e G. Tempesta, Paris, Clé International, 1993
- Gestão dos *stocks* e compras - I. Reis e A. Paulino, Lisboa, Editora Internacional, 1994
- Gramática do português actual - José de Almeida, Lisboa Editora, Lisboa, 2006
- Grammaire progressive du français - M. Grégoire e Thiévenaz, Paris, Clé International, 1995
- Grande dicionário de francês/português - D. Azevedo, Venda-nova, Bertrand Editora, 1987
- Grande dicionário de português/francês - D. Azevedo, Venda-nova, Bertrand Editora, 1987
- Guia técnico de hotelaria, a arte e a ciência dos modernos serviços de restauração - J. Janeiro, Lisboa, Edições CETOP, 1990
- Higiene, conservação e congelação de alimentos – 2.ª edição - Victor Monteiro, LIDEL
- Higiene, segurança e conservação e congelação de alimentos - Lidel
- História e curiosidades gastronómicas – J. Quitério, Assírio e Alvim, 1998
- Hostelería. Curso completo de servicios en hoteles, restaurante, cafeterías y bares, Asunción López Collado, AMV-Ediciones
- Hotelaria em Portugal – Lisboa, INOFOR, 1999
- Larousse de la cuisine - Vários, Larousse, 1990
- Le nouveau Petit Robert - Paris, Paul Robert, Dictionnaires Le Robert, 1993
- Maîtriser la pâtisserie - Koscher, J. & Rouquié, Clichy, Editions BPI, 1997
- Manual de gestão de alimentos e bebidas - Edições CETOP
- Manual de higiene y seguridad alimentaría en hostelería - Carlos Felipe Tablado y Jesús Felipe Gallego, AMV-Ediciones
- Modules de technologie culinaire - M. Faraguna, Clichy, Editions BPI, 1999
- Nouveau petit robert (Le) - Paul Robert, Paris, Dictionnaires Le Robert, 1993
- Nova gramática de inglês - John Seely, Colecção Linguística, Editorial Presença, Lisboa, 2006
- Promenade. 9.º ano/nível 3 - C. Folgado e Ricardina Lopes, Lisboa, Texto Editora, 1997
- Restauration 1ère année - J.F. Auguez-Sartral, Paris, Editions BPI, 1997
- Sciences appliquée, B. Rougier - Editions BPI, Clichy, 2000
- Segurança alimentar - M. Araújo, Meribérica, Lisboa
- Serviços de mesa - M. Júnior, Lisboa, Editorial Minerva, 1969
- Technologie appliquée en cuisine (La) - D. Behague, Clichy, Editions BPI, 2001
- Tecnología del frío y frigoconservación de alimento - Pablo Amigo Martín, Acribia
- Travaux pratiques de cuisine - M. Maincent, Editions BPI, Clichy, 1999
- Turismo em Portugal (O) – Lisboa, IQF, 2005
- Vocabulaire progressif du français – niveau avance - C. Miquel, Paris, Clé International, 1999