

Guía para estudiantes con discapacidad intelectual



FORMACIÓN TÉCNICA PRODUCTIVA – PANADERÍA Y REPOSTERÍA

(DOCUMENTO DE TRABAJO)

1er. AÑO DE ESCOLARIDAD

La Paz, Bolivia

Jhonatan Roberto Escobar Irusta

Licenciado en educación.

PRESENTACIÓN

Estimadas/os estudiantes:

En este universo tan complejo en que vivimos, pocas veces tenemos la oportunidad de interiorizarnos sobre lo que ocurre a nuestro alrededor, y que muchos de ellos necesitan la reflexión para su explicación y entendimiento.

Por eso mi estimada/o estudiante, te invito a introducirte en la formación técnica, donde ustedes serán las/os protagonistas apoyadas/os y guiadas/os hacia el desarrollo ágil, dinámico y sobre todo orientado en la visión y misión del logro de buenos principios y valores de nuestro Centro de Educación Especial Madre Ascensión Nicol.

En sus páginas descubrirás momentos de encuentro con la teoría, la práctica y un diálogo comunitario con tu facilitador/a, también encontrarás recetas útiles y sencillas para trabajarlas en un emprendimiento productivo familiar y/o comunitario, mismos que te transportarán a situaciones protagonistas en tu vida cotidiana.

La presente guía está destinada a las personas con discapacidad intelectual, su elaboración se remite a la adquisición de competencias educativas bajo una diversidad de estrategias y metodologías, mismas que le permitan más y mejores posibilidades de participación en su entorno y comunidad, además de otros ámbitos como medio fundamental de expresión y comunicación.

La participación, la exposición, los medios masivos de información son consideradas como un intermedio fundamental de representación de la realidad actual de las personas con discapacidad.

Es necesario que nos pongamos a analizar nuestro contexto, escribir vivencias de nuestras realidades, para tener nuestra cultura viva desde la mirada gastronómica en panadería y repostería de nuestra ciudad de El Alto.

Disfruten y compartan cada una de las actividades para hacer de esta guía de trabajo el generador de diálogos propositivos y motivadores. La invitación está dada y queda en ustedes un final abierto para crear sus propias propuestas de comprensión e iniciación de emprendimientos productivos.

TÍTULO I: ETIQUETA Y PROTOCOLO I

“ETIQUETA Y PROTOCOLO I”

OBJETIVO DEL MÓDULO

Conocer los fundamentos, bases y técnicas de la repostería; para que los estudiantes sepan percibir adecuadamente los conocimientos necesarios para elaborar las distintas recetas.

PRODUCTO DEL MÓDULO.

Al finalizar los contenidos de esta guía los estudiantes serán capaces de:

- ❖ Conocer la etiqueta y protocolo.
- ❖ Elaborar pequeñas recetas de repostería.
- ❖ Las participantes conocerán las habilidades que poseen en el trabajo en aula.

1: "ETIQUETA Y PROTOCOLO I"

UNIDAD: 1

ORGANIZACIÓN DE LA MESA

Demos el primer paso (PRÁCTICA).



Observamos el siguiente gráfico y comentamos en la clase:



Fuente: CEEMAN

DIALOGAMOS...

Observa la imagen (personas con discapacidad elaboran pan).

❖ ¿Cuál es el mensaje del gráfico? dialogamos con nuestros compañeros.

❖ Dibuja las recetas que más te agradan.

• **Ampliamos nuestros conocimientos (TEORÍA).**



ETIQUETA Y PROTOCOLO.

1. Definición.



Son reglas establecidas bajo el enfoque de las costumbres



Permite desarrollar adecuadamente a los gastrónomos en actos ceremoniales




Es un elemento de orden que ayuda en la solución de problemas en los actos ceremoniales y/o públicos

2. Las formalidades de la mesa y la forma de servir las comidas.

El arte de servir bien la mesa y comportarse bien en ella atañe al protocolo de manera directa, por lo que se considera importante tratar estas cuestiones en este espacio.

3. Consejos Básicos.

La Mantelería	Blanca para grandes ocasiones, colores pasteles para las menos formales. Las servilletas deben ser del mismo color	
La vajilla	El plato de sitio es sólo un soporte. Es de mayor tamaño que los demás. Estos últimos se escogerán de acuerdo con el menú seleccionado	
Los cubiertos	Se colocan de afuera hacia adentro, en "ele" orden en que van a ser utilizados. Los tenedores a la izquierda.	
Los cuchillos y cucharas	Los cuchillos se colocan con el filo hacia adentro	
El agua	puede ser servida antes de pasar a la mesa	

<p>Alimentos que se comen con la mano</p>	<p>Espárragos, camarones con colas, frutas tales como uvas, fresas, cerezas</p>	
--	---	--

4. Protocolos en la mesa.

<p>La mesa</p>	<p>Es uno de los lugares donde se manifiesta el grado de educación de una persona</p>	
<p>Las servilletas</p>	<p>Deben estar dobladas delicadamente</p>	
<p>La cuchara y el cuchillo</p>	<p>Se manejan siempre con la mano derecha (salvo los zurdos por supuesto).</p>	

<p>Los vasos y tazas</p>	<p>No deben servirse hasta rebosar</p>	
<p>La copa</p>	<p>Se toma por la columnilla</p>	
<p>La botella</p>	<p>Se coge con los cuatros dedos a la derecha y el pulgar a la izquierda</p>	
<p>En la mesa se da preferencia</p>	<p>A servir a los invitados</p>	
<p>No se debe hablar</p>	<p>Cuando se sirva las comidas</p>	



5. Cómo conducirse en los diferentes lugares ante situaciones de pandemia.

Los puestos de comida, por su característica no requiere de un especial protocolo de conducción, siendo que en su mayoría son improvisados, sin embargo, es necesario mantener algunas formalidades generales para el consumo adecuado de las comidas, más aún en tiempos de pandemias en la perspectiva de un buen cuidado de la salud, es así que tenemos los siguientes consejos básicos:

- ✍ Realizar una buena limpieza del puesto o lugar donde asentará los alimentos.
- ✍ Colocar alcohol en gel al alcance de los consumidores.
- ✍ Implementar un lavamanos portátil para la limpieza de las manos.
- ✍ Desinfectar los utensilios.
- ✍ Implementar un lavaplatos portátil.
- ✍ Utilizar implementos de limpieza para los platos y cubiertos.
- ✍ Servir la comida con distanciamiento entre los consumidores.



Finalmente, cuidemos nuestros modales y mantengamos una conversación agradable y armónica con respeto, educación y el afecto que deben unirnos al compartir la mesa y los espacios de consumo de alimentos.

UNIDAD II. DOBLADO DE SERVILLETAS.

DOBLADO DE SERVILLETAS

Demos el primer paso (PRÁCTICA).



¿Qué nos enseña la maestra?



Fuente: CEEMAN

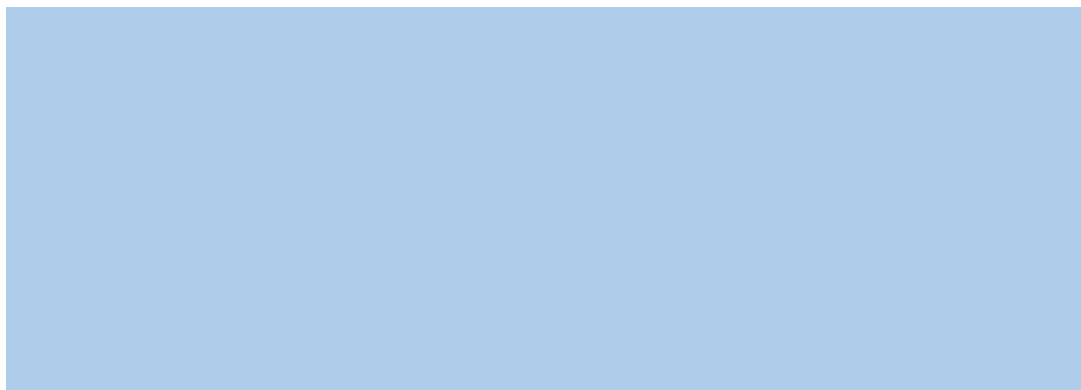
DIALOGAMOS...

Observa la imagen (Aprendemos sobre las servilletas).

❖ ¿Cuál es el mensaje del gráfico? dialogamos con nuestros compañeros.

❖ **Dibuja una servilleta del color de tu agrado.**

R.



- **Ampliamos nuestros conocimientos (TEORÍA).**



La servilleta cumple mucho más que un objeto decorativo, esta debe tener una buena presencia (además de estar limpia). Un buen doblaje puede tener la funcionalidad de colocar los cubiertos expuestos, este pequeño detalle le da mucha más distinción al montaje de la mesa. Lo ideal es utilizarlas de tela para esos eventos formales, pero esto no descarta el uso con las de papel.

Tipos de doblado de servilletas.

Doblado en rombo.



Doblar las puntas hacia adentro



En servilletas grandes debemos hacer tres pliegues en el medio y luego doblar ambos extremos



Colocamos los cubiertos encima para que quede siempre en el mismo lugar.

Doblado como un vano.

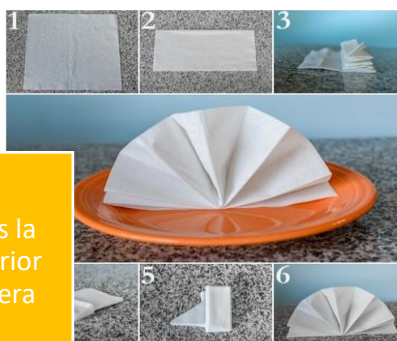
Escoger una servilleta de forma cuadrada con un mínimo de 50 cm de lado



Doblamos la servilleta por la mitad para que quede un rectángulo.



Doblamos la parte inferior hacia afuera



Doblado de servilleta en forma de mariposa.

Dobla la servilleta a la mitad



Dobla de la esquina superior hacia abajo



Doblamos un costado hasta tener la imagen de mariposa



Hacer un pequeño pliegue al centro



TÍTULO 2: ORDEN Y LIMPIEZA DE AMBIENTES

UNIDAD: 1

INSTRUMENTOS DE LIMPIEZA

- Demos el primer paso (PRÁCTICA).



Rescatamos nuestros saberes y conocimientos y dibujamos una escoba, basurero y detergentes de limpieza:



- Ampliamos nuestros conocimientos (TEORÍA).



¿Qué es limpieza y desinfección?

La limpieza, es la acción y efecto de eliminar la suciedad de una superficie mediante métodos físicos o químicos.

Desinfectar, es eliminar el número de bacterias que se encuentran en un determinado ambiente o superficie, de tal forma que no sea nocivo para las personas.

Mantener la limpieza en el lugar de trabajo es un factor importante para el funcionamiento del CEE, es una medida de control de riesgos y favorece ampliamente la prevención de enfermedades y accidentes.

¿Cuáles las principales herramientas de limpieza?

Aspiradora sin bolsa.



La aspiradora optimiza el trabajo de limpieza y evita que se levante el polvo por las sacudidas con plumeros o escobas.





<p>Escoba de microfibra.</p>	<p>Las escobas de microfibra son herramientas de limpieza para su uso en suelos de madera, linóleo, vinilo, baldosa e incluso suelos de piedra.</p>	
<p>Paños de microfibra.</p>	<p>Los paños de microfibra se usan en seco y húmedo, sirven para eliminar el polvo sin levantarlo por el aire.</p>	
<p>Limpiador multiuso.</p>	<p>El limpiador multiuso permite limpiar cualquier tipo de superficie, sacudir el polvo o limpiar la mesa ante cualquier derrame.</p>	
<p>Escobilla de baño.</p>	<p>La escobilla de baño permite mantener el baño bien pulcro, evitar la presencia de malos olores en el inodoro o retrete y eliminar los restos orgánicos.</p>	

<p>Guantes de goma.</p>	<p>Muchas personas deciden incluir los guantes de goma en la lista de herramientas imprescindibles para la limpieza.</p>	
<p>Los limpiacristales.</p>	<p>Los limpiacristales resultan ser muy útiles para mantener los cristales de la ventana libres de manchas y suciedad.</p>	

Manipulación de productos de limpieza.







<p>Normas de seguridad</p>	<p>Antes de usar un producto, se debe leer su etiqueta, que contiene la información básica.</p>	
<p>Leer recomendaciones e instrucciones del fabricante.</p>	<p>No utilizarlos en concentraciones o cantidades mayores a las indicadas.</p>	

<p>No mezclar distintos productos de limpieza.</p>	<p>Algunas sustancias pueden reaccionar violentamente o desprender gases tóxicos cuando se mezclan.</p>	
<p>Utilizar mascarilla y filtro adecuados a las sustancias manipuladas</p>	<p>Las sustancias que desprenden gases o vapores, el aguarrás u otros disolventes, etc., deben manipularse siempre con ventilación adecuada.</p>	
<p>Los productos inflamables</p>	<p>Deben mantenerse alejados de llamas, chispas o puntos calientes.</p>	
<p>No se debe fumar, beber ni comer</p>	<p>Mientras se estén manipulando productos químicos. Después de manipularlos siempre hay que lavarse las manos.</p>	
<p>Productos químicos</p>	<p>Mantener bien cerrados</p>	

<p>Utilizar equipos de protección adecuados</p>	<p>Cuando se manipulen productos químicos y, especialmente cuando se efectúan trasvases de líquidos corrosivos</p>	
<p>En caso de salpicadura de algún producto</p>	<p>Quitarse la ropa mojada y lavar la zona afectada con agua abundante</p>	

Limpeza de utensilios y equipos.

<p>La limpieza de suelos, paredes, mesas y superficies de manipulación.</p>	<p>Se hará con agua caliente y detergentes autorizados, abundante agua y dejando que sequen al aire.</p>	
<p>Los hornos, freidoras, parrillas.</p>	<p>Deben limpiarse después de cada uso.</p>	
<p>Los elementos desmontables</p>	<p>Se lavarán y desinfectarán todos los días.</p>	

<p>Los cepillos y paños.</p>	<p>Serán lavados y desinfectados periódicamente.</p>	
<p>Lavado Manual.</p>	<p>Se requiere de un lavador con tres compartimentos y agua caliente, jabón e implementos de limpieza</p>	
<p>Lavado mecánico.</p>	<p>Se realiza en máquinas lavadoras de utensilios, pero siguen los pasos de raspado y enjuague</p>	
<p>Método de agua caliente.</p>	<p>Consiste en desinfectar con agua caliente o vapor.</p>	
<p>Método con soluciones desinfectantes.</p>	<p>Es efectivo para eliminación de microorganismos.</p>	
<p>Manejo de grasas y aceites</p>	<p>Depositar el aceite o grasa en botellas una vez llenas, se deben sellar y depositar en la basura,</p>	

Tipos de ambientes para realización de la limpieza.

FRECUENCIA DE LIMPIEZA	CONTACTO FRECUENTE CON LAS MANOS	CONTACTO MINIMO CON LAS MANOS
Una vez por semana		Techos y pisos Lámparas de pared nocturnas
De rutina diaria	Perillas de las puertas, camas, interruptores de luz, áreas de la pared alrededor del baño y habitación del paciente, bordes de las cortinas	
La limpieza de paredes, persianas y cortinas de ventanas deben limpiarse máximo una vez a la semana, cuando se vean sucias, se contaminen con secreciones y al alta del paciente		

TÍTULO 3: UNIDADES DE MEDIDA





UNIDAD:

UNIDADES DE MEDIDA DE CAPACIDAD

- Demos el primer paso (PRÁCTICA).

Reconocemos los siguientes gráficos:



	<p><u>UNIDAD DE:</u></p>
	<p><u>UNIDAD DE:</u></p>
	<p><u>UNIDAD DE:</u></p>
	<p><u>UNIDAD DE:</u></p>

- **Ampliamos nuestros conocimientos (TEORÍA).**



¿Qué son las unidades de medida de capacidad?


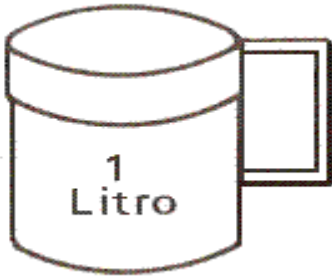

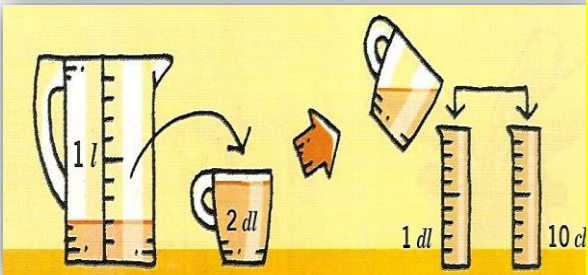
La unidad principal para medir la capacidad es el litro.

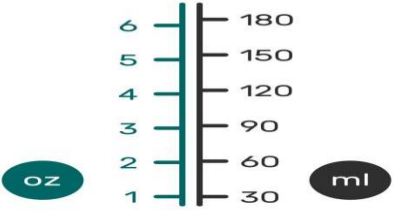
Las unidades de capacidad se utilizan para medir líquidos.

Dependiendo del tamaño, podemos utilizar una u otra unidad.

Las unidades para medir la capacidad de un líquido son las siguientes:

Kilolitro (kl)	Equivalente a mil litros,	
Hectolitro (hl)	Equivalente a cien litros,	

<p>Decalitro (dal)</p>	<p>Equivale a diez litros.</p>	
<p>Litro (l)</p>	<p>1 litro equivale a 1000 centímetros cúbicos.</p>	
<p>Decilitro (dl)</p>	<p>Equivalente a la décima parte de un litro</p>	
<p>Centilitro (cl)</p>	<p>Equivalente a la centésima parte de un litro</p>	

Mililitro (ml)	Equivalente a la milésima parte de un litro	
-----------------------	---	--



¿Qué son las unidades de medida de masa?

La **unidad principal para medir la masa es el gramo**. Para medir masas mayores están los múltiplos (decagramos, hectogramo, kilogramo, tonelada...) y para medir masas menores están los submúltiplos (decigramo, Centigramo, miligramo...)

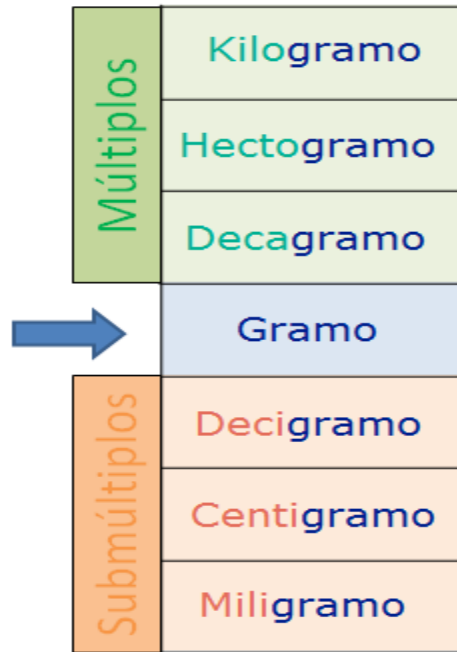
Múltiplos y submúltiplos de medidas de masa.

¿Recuerdas cuáles eran los prefijos de los múltiplos y los submúltiplos?

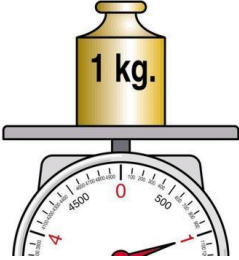

Los múltiplos: kilo, hecto, deca

Los submúltiplos: deci, centi, mili

Fíjate en la siguiente tabla:



Hay muchas más unidades de medidas de masa pero las más utilizadas son:

Kilogramo	Es la unidad básica de masa del Sistema Internacional de Unidades	
Hectogramo	Equivale a la décima parte de un kilogramo	

Decagramo	Equivale a la centésima parte de un kilogramo y también a diez gramos	
Gramo	Es la milésima parte del kilogramo	
Decigramo	Equivale a la diezmilésima parte de un kilogramo	
Centígramo	Equivale a la centésima parte de un gramo	

Miligramo	Es la milésima parte del gramo y una millonésima del kilogramo	
------------------	--	--








Unidad más apropiada en función del tamaño del objeto.

¿Sabes cuál es la unidad más apropiada para medir la masa de un camión?

¿Y para medir la masa de una cucharadita de azúcar?

A continuación, vamos a ver cuál es la masa de algunos objetos para saber lo que podemos medir realmente con cada unidad.

Un coche tiene una masa de 1.500 kilogramos.	
--	--

<p>Una pera tiene una masa de 2 hectogramos aproximadamente.</p>	
<p>Un lápiz tiene una masa de 1 decagramo aproximadamente</p>	
<p>Una araña pequeña tiene una masa de 1 gramo aproximadamente</p>	
<p>Una cucharada sopera de agua tiene una masa de 1 centigramo y una cucharadita pequeña de agua tiene una masa de 5 miligramos aproximadamente</p>	

<p>Una gota de agua tiene una masa mucho menor que un miligramo, aproximadamente 0.05 miligramos.</p>	
---	--

¿Te ha gustado avanzar las medidas de peso?

R.....
.....
.....



¿Qué son las unidades de medida de longitud?

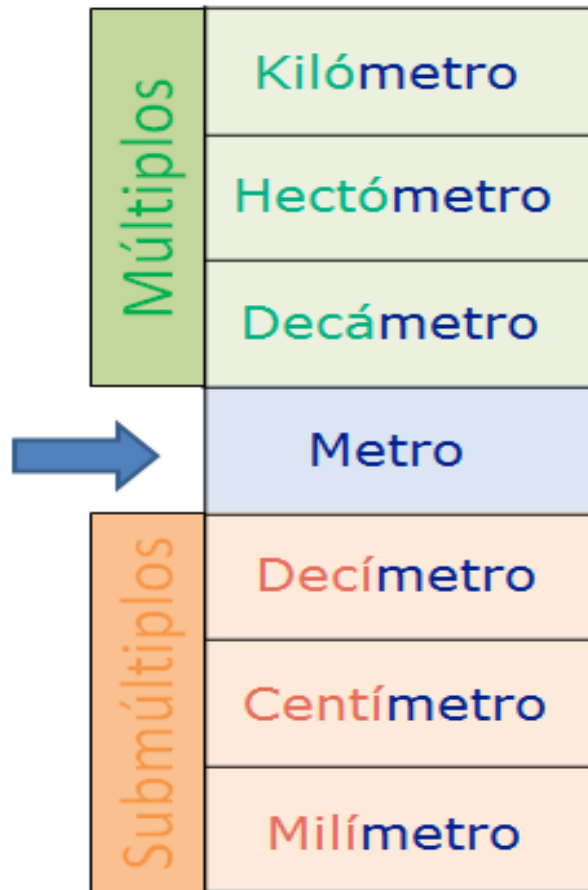
La unidad principal para medir la longitud es el metro. Para medir masas mayores están los múltiplos (decámetro, hectómetro, kilómetro...) y para medir masas menores están los submúltiplos (decímetro, centímetro, milímetro...).

¿Cómo medimos objetos mucho más pequeños? ¿y objetos mucho más grandes?


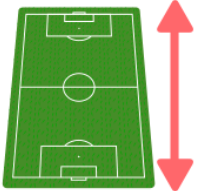
Para eso tenemos más medidas de longitud: los múltiplos y los submúltiplos del metro.

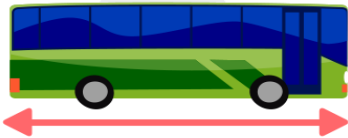


Los múltiplos son las unidades de medida más grandes que el metro. Son el decámetro, el hectómetro y el kilómetro. Los submúltiplos son las unidades de medida más pequeñas que el metro. Son el decímetro, el centímetro y el milímetro.

En la siguiente tabla se muestran las medidas de longitud:



Ejemplos de medidas de longitud.

	La distancia entre La Paz y Santa Cruz es de aproximadamente 900 kilómetros.
	La longitud de un campo de fútbol es de aproximadamente 1 hectómetro.

	La longitud de un autobús es de aproximadamente 1 decámetro.
	La altura de una botella de agua es de aproximadamente 2 decímetros
	La longitud de una pelota de tenis es de aproximadamente 6 centímetros.

Espero que te haya gustado la temática...



¿Qué son las unidades de medida de tiempo?

La unidad que vamos a utilizar como referencia para medir el tiempo es el día. Para medir periodos de tiempo mayores tenemos la semana, el mes, el año... Y para medir periodos de tiempo menores tenemos la hora, el minuto, el segundo...

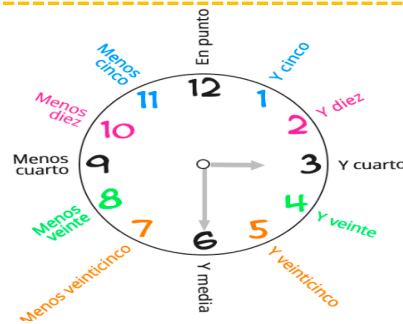
Unidades más pequeñas que el día:

Un día tiene 24 horas.	
------------------------	--

Una hora tiene
60 minutos.



Un minuto tiene
60 segundos.






Unidades más grandes que el día:

7
días forman una semana.



15 días forman
una quincena



<p>Entre 28 y 31 días forman un mes.</p>	 <p>Los meses del año</p> <p>1 enero, 2 febrero, 3 marzo, 4 abril, 5 mayo, 6 junio, 7 julio, 8 agosto, 9 septiembre, 10 octubre, 11 noviembre, 12 diciembre</p>
<p>3 meses forman un trimestre</p>	 <p>Calendarios de ENERO, FEBRERO y MARZO</p>
<p>4 meses forman un cuatrimestre.</p>	 <p>Calendarios de MAYO 2021, JUNIO 2021, JULIO 2021 y AGOSTO 2021</p>
<p>6 meses forman un semestre.</p>	 <p>Calendarios de OCTUBRE 2018, NOVIEMBRE 2018, DICIEMBRE 2018, ENERO 2019, FEBRERO 2019 y MARZO 2019</p>

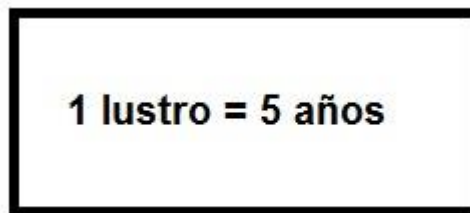
12 meses forman un año.



2 años forman un bienio.



5 años forman un lustro.



10 años forman una década.



100 años forman un siglo.



1000 años forman
un milenio.

UNIDAD	AÑOS
Milenio	1000
Siglo o centuria	100
Década	10
Lustro	5
Año	12 meses

TÍTULO 4: SERVICIO DE TÉ Y CAFÉ I


UNIDAD:

MATERIALES PARA EL SERVICIO DE TÉ Y CAFÉ

- Demos el primer paso (PRÁCTICA).



Dibujamos los siguientes elementos:

	<u>Taza</u>
	<u>Tetera</u>
	<u>Azúcar</u>
	<u>Café</u>

- **Ampliamos nuestros conocimientos (TEORÍA).**



– ¿Qué materiales utilizamos para servir té y café?

El té es una bebida muy popular, en casi todo el mundo y puede definirse como la infusión que se hace de las hojas de un arbusto. El té se hace con las hojas de este arbusto, que previamente han sido desecadas y ligeramente tostadas.

El café es el producto que por ningún motivo puede faltar en una cafetería, pues es una bebida de consumo básico para los clientes.

Composición de un juego de té (bebidas frías).

Una tetera	Tamaño normal	
Agua caliente	Un litro.	
Una jarra de leche	Un litro	

<p>Un azucarero</p>	<p>Mediano</p>	
<p>Unas pinzas (si se pone el azúcar en terrones)</p>	<p>Pequeñas</p>	
<p>Una cucharilla</p>	<p>Tamaño normal</p>	
<p>Una fusión de té</p>	<p>A gusto</p>	
<p>Servilletas</p>	<p>Medianas</p>	





Materiales para el servicio de café (bebidas calientes).

Cafetera	Máquinas de expreso: Cafetera semi-automática, automática.	
Molinillo de café	Le da un sabor más genuino	
Mueble cafetero	Se trata de un mueble especial usualmente construido en acero inoxidable que sirve para colocar la cafetera y todos sus complementos y accesorios	
Vasos y tazas	Los vasos y las tazas son un elemento muy importante. Igual que la decoración, el ambiente y la maquinaria.	

<p>Vitrina expositora</p>	<p>Las vitrinas son una manera perfecta de exponer tus platos</p>	
<p>Servilletas</p>	<p>Lo necesario.</p>	
<p>Azúcar</p>	<p>A gusto.</p>	
<p>Leche</p>	<p>Lo necesario.</p>	
<p>Crema de leche</p>	<p>Lo necesario.</p>	







Servicio de mesa.

El **servicio de mesa** es la forma como se entrega a los comensales cada uno de los platos que van a degustar. Por ello es tan importante, pues se constituye en una forma directa de interacción entre el restaurante y sus clientes.

Servicio emplatado o directo	El chef puede decorar cada una de sus preparaciones con una presentación especial para ser entregado al consumidor como sale de la cocina.	
Servicio buffet	El buffet puede ser formal o informal, de autoservicio o con ayuda del personal del restaurante.	
Servicio francés	El camarero debe acercarse a los comensales con recipientes en los que llevará los diferentes componentes del plato y cubiertos para servirlo	
Servicio inglés	El camarero se acercará a los clientes con una fuente para servir directamente en la mesa los platos	

Servicio a la rusa	Los platos son preparados en mesas auxiliares que son ubicadas al lado de los comensales y se sirven de inmediato.	
Servicio gueridón	Las fuentes en que se transportan las recetas se colocan en una mesa llamada gueridón, en la que se realiza el emplatado	

- **Valoramos y reflexionamos sobre lo aprendido (VALORACIÓN).**



de El Alto

Reflexionamos acerca de los protocolos de en panadería y repostería.

Dibujamos la importante de conocer los protocolos de gastronomía en la ciudad

En una actividad de convivencia, reflexionamos sobre el doblado de las servilletas y dibujamos el mismo.



- **Empleamos lo aprendido (PRODUCTO).**



Trabajemos:

Explicamos el procedimiento del doblado de servilleta de mariposa.



Realiza un gráfico de la práctica del protocolo y la etiqueta aprendida.

A large rounded rectangular box with a brown border, intended for drawing a graph. A horizontal line is drawn near the top of the box.

BIBLIOGRAFÍA.

- Cajraj, Kim (2017) Editores María Teresa Nogales, Viviana Zamora, Comida Callejera: un aporte a la seguridad Alimentaria en El Alto. Alternativas, cultivando comunicadores.
- Campos, F. G. (2011). Seguridad Alimentaria. I S B, N.
- Cruz, A. M. (2015). Seguridad Alimentaria. Libro en la caratarata.
- Ferradiz, G. (2011). Seguridad Higiene y Gestión de calidad alimentaria. Síntesis. Villar, L. (s.f.). Las mejores conservas. integral.
- C. Ray Asfahl (2000) "Seguridad Industrial y Salud" 4º ed. Prentice Hall. México.
- Campos, F. G. (2011). Seguridad Alimentaria. I S B N.
- Cruz, A. M. (2015). Seguridad Alimentaria. Libro en la caratarata.
- Ferradiz, G. (2011). Seguridad Higiene y Gestión de calidad alimentaria. Síntesis. Villar, L. (s.f.). Las mejores conservas. integral.
- C. Ray Asfahl (2000) "Seguridad Industrial y Salud" 4º ed. Prentice Hall. México.
- Borrega Reyes Yolanda, 2009, umsa, Viajes por los sabores y saberes de Bolivia
- Antonio Paredes Candia, 1981, Librería Editorial Popular, La comida popular boliviana.
- Fernando Suarez Saavedra, 2012, 1ra Edición. Historia de la Gastronomía en Bolivia desde: la época prehispanica hasta nuestros días.
- Emilia Romero de Velasco Carolina Guttentac.
- Aida Gaisborg de Aguirre Acha, 2016, Don Bosco, La cocina en Bolivia