



Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

Asignatura: Vocacional

Profesora: Aurora Ortega Herrera **Curso:** Laboral 3 A

Objetivo: Identificar alimentos en buen y mal estado, carnes, vegetales, enlatados.

Contenido: Consumo de alimentos crudos y enlatados.

Habilidad: Distinguir características de alimentos de consumo cotidiano, reflexionar la importancia que tiene en la cocina.

Clase N°7 Actividad N°9, semana 7(lunes 11 al viernes 15 de mayo)

HORARIO SEMANAL SUGERIDO				
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Vocacional 45 minutos	Vocacional 45 minutos	Social 20 minutos	Matemáticas 45 minutos	Social 20 minutos
Lenguaje 45 minutos	Matemáticas 45 minutos	Lenguaje 45 minutos	Educación Física 60 minutos	Vocacional Repaso de la semana

Es importante que se le haga una rutina de estudio para que el estudiante no se agobie y se canse.
Se sugiere considerar los días destacados para la realización de la guía.
La supervisión, el apoyo, guía y orientación según sea el caso es primordial en el proceso de aprendizaje. Los estudiantes que no saben leer, ni escribir se les puede apoyar escribiendo sus respuestas.

El deterioro de los alimentos se puede reconocer por el daño en la textura, el olor, el sabor y / o el valor nutricional. Los alimentos en mal estado pueden ser muy dañinos para las personas y, por lo tanto, no deben consumirse.





Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

En la clase de hoy aprenderás que los alimentos crudos como la carne, frutas y vegetales presentan características cuando están en buen y mal estado, de igual modo los productos enlatados.

I. Observa estas dos imágenes y compara



a. ¿Qué diferencias observas? ¿Cómo crees que es el olor en la segunda imagen?

b. Cómo se ve la cáscara de la primera y la segunda imagen



Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

Lee la siguiente información para poder identificar cuando los productos están en buen y mal estado.

Frutas y vegetales

En buen estado



- Buen estado de madurez.
- Brillantes y de superficie sana.
- Olores característicos aromáticos.
- Hojas enteras y un buen verdor.

En mal estado



- Secas y pegajosas.
- Se deshacen al tocarlas.
- Olores desagradables.
- Hojas amarillas o negras.
- Hongos, mohos.
- Tallos blandos.



Carnes

Tipos de Carnes	En buen estado	En mal estado
POLLO 	Superficie: brillante y firme al tacto. Piel: bien adherida al músculo y húmeda. Color: rosado claro. Olor: característico a pollo.	Superficie: pegajosa. Carne: blanda. Piel: se desprende fácilmente. Color: verdoso, presenta moretones y presenta sangre. Olor: fuerte.
CARNE DE VACUNO 	Superficie: brillante y húmeda. Color: rojo brillante. Carne: firme al tacto. Olor: característico a carne.	Superficie: pegajosa. Color: oscuro, verdoso. Carne: blanda al tacto. Olor: fuerte y putrefacto.
CARNE DE CERDO 	Superficie: brillante y húmeda. Color: rosada. Carne: firme al tacto. Olor: característico a carne.	Superficie: pegajosa. Color: oscuro y verdoso. Carne: blanda al tacto. Olor: fuerte y putrefacto.
PESCADO 	Ojos: brillantes y salientes. Agallas: rojas y húmedas. Escamas: firmemente adheridas. Carne: firme y suave al tacto. Olor: característico a mar.	Ojos: hundidos y opacos. Agallas: pálidas, verdosas o grises Escamas: se desprenden fácilmente. Carne: sin firmeza, se marca rápidamente al hacer presión. Olor: fuerte y putrefacto.



Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

Productos enlatados



- Lata abollada o golpeada.
- Tapa suelta.
- Lata oxidada.
- Lata hinchada.
- Al abrir el producto explota.
- Interior con moho.
- Fecha vencida.

Reflexión

a. A modo general nombra 3 características de las carnes en **mal estado**

b. Nombra 3 características de vegetales y frutas en **buen estado**

c. ¿Para qué te sirve conocer si un producto está en buen o mal estado?



Colegio
Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

Autoevaluación

Lee los indicadores y luego marca con una x el Emoji que representa tú trabajo y aprendizaje.

Indicadores	Evaluación	
Tuve interés por la tarea	  	
Me esforcé para trabajar la guía	  	
Consulté cuando no comprendía la instrucción	  	
Completé todas las actividades.	  	
Fui ordenado/a para hacer la tarea	  	
Tuve el apoyo de alguien de la familia al realizar la tarea	  	
 Logrado	 Mas o menos logrado	 No logrado