

Programa Municipal Cozinha Escola

Qualificação	
Título: Comida Vegetariana e Vegana	
Formato: Oficina	Carga horária: 8 horas

Conteúdo Programático
<p>Conteúdo - Mundo do Trabalho</p> <p>Objetivo: contribuir para o desenvolvimento pessoal e profissional, auxiliando no desenvolvimento de competências empreendedoras que permitam a geração de renda de forma autônoma a partir da produção e venda de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. O que é empreendedorismo: principais competências2. Empreendedorismo na gastronomia3. Ficha técnica4. Precificação <p>Metodologia: exposição dialogada Carga Horária: 1 hora</p> <p>Conteúdo – Comida Vegetariana e Vegana</p> <p>Objetivo: Promover capacitação para a produção de comidas de pratos da cozinha vegetariana e vegana de forma caseira com base no uso integral dos ingredientes e nas boas práticas de manipulação de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Boas práticas de manipulação de alimentos2. Sustentabilidade3. Comida Vegetariana e Vegana<ul style="list-style-type: none">- Falafel- Seitan grelhado- Maionese de abacate- Leite vegetal de aveia- Estrogonofe de abóbora- Feijoada de vegetais- Arroz branco- Massa de cerveja <p>Carga Horária: 7 horas</p>

Requisitos - ATENÇÃO
<p>Escolaridade mínima: ensino fundamental em curso.</p> <p>Idade mínima: 18 anos (entre 16 e 18 anos apenas com autorização de responsável e sem manipulação de objetos cortantes e/ou fogo)</p> <p>Vestuário: camiseta de algodão de manga comprida preferencialmente branca, calça comprida, sapato fechado com solado emborrachado ou sapato de segurança.</p> <p>Durante a aula o aluno deverá apresentar-se sem adornos (brincos, anéis, colares, esmalte, pulseiras, relógio, maquiagem, perfume, celular, dentre outros). Piercings deverão ser protegidos com esparadrapo.</p>

Programa Municipal Cozinha Escola

Qualificação	
Título: Chocolate	
Formato: Oficina	Carga horária: 8 horas

Conteúdo Programático
<p>Conteúdo - Mundo do Trabalho Objetivo: contribuir para o desenvolvimento pessoal e profissional, auxiliando no desenvolvimento de competências empreendedoras que permitam a geração de renda de forma autônoma a partir da produção e venda de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. O que é empreendedorismo: principais competências2. Empreendedorismo na gastronomia3. Ficha técnica4. Precificação <p>Metodologia: exposição dialogada Carga Horária: 1 hora</p> <p>Conteúdo – Oficina de Ovos de Páscoa e Bombons Objetivo: Promover qualificação em técnicas básicas de gastronomia necessárias para a produção de ovos e bombons de forma caseira com base no uso integral dos ingredientes e nas boas práticas de manipulação de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Boas práticas de manipulação de alimentos2. Sustentabilidade3. Chocolate:<ul style="list-style-type: none">- Temperagem- Ovo de Páscoa- Casca marmorizada- Casca recheada- Casca crocante- Bombom recheado (cereja, nozes e coco)- Bombom banhado- Pão de mel <p>Carga Horária: 7 horas</p>

Requisitos - ATENÇÃO
<p>Escolaridade mínima: ensino fundamental em curso. Idade mínima: 18 anos (entre 16 e 18 anos apenas com autorização de responsável e sem manipulação de objetos cortantes e/ou fogo) Vestuário: camiseta de algodão de manga comprida preferencialmente branca, calça comprida, sapato fechado com solado emborrachado ou sapato de segurança. Durante a aula o aluno deverá apresentar-se sem adornos (brincos, anéis, colares, esmalte, pulseiras, relógio, maquiagem, perfume, celular, dentre outros). Piercings deverão ser protegidos com esparadrapo.</p>

Programa Municipal Cozinha Escola

Qualificação	
Título: Massas e Molhos	
Formato: Oficina	Carga horária: 8 horas

Conteúdo Programático
<p>Conteúdo - Mundo do Trabalho</p> <p>Objetivo: contribuir para o desenvolvimento pessoal e profissional, auxiliando no desenvolvimento de competências empreendedoras que permitam a geração de renda de forma autônoma a partir da produção e venda de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. O que é empreendedorismo: principais competências2. Empreendedorismo na gastronomia3. Ficha técnica4. Precificação <p>Metodologia: exposição dialogada Carga Horária: 1 hora</p> <p>Conteúdo – Massas e Molhos Quentes</p> <p>Objetivo: Promover qualificação em técnicas de gastronomia necessárias para a produção de massas e molhos de forma caseira com base no uso integral dos ingredientes e nas boas práticas de manipulação de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Boas práticas de manipulação de alimentos2. Sustentabilidade3. Massas e Molhos<ul style="list-style-type: none">- Fundo escuro de carne- Roux- Molho Bechamel- Beurré Blanc- Molho de tomate- Molho pesto- Massa fresca básica- Ravioli de queijo branco- Nhoque de batatas <p>Carga Horária: 7 horas</p>

Requisitos - ATENÇÃO
<p>Escolaridade mínima: ensino fundamental em curso.</p> <p>Idade mínima: 18 anos (entre 16 e 18 anos apenas com autorização de responsável e sem manipulação de objetos cortantes e/ou fogo)</p> <p>Vestuário: camiseta de algodão de manga comprida preferencialmente branca, calça comprida, sapato fechado com solado emborrachado ou sapato de segurança.</p> <p>Durante a aula o aluno deverá apresentar-se sem adornos (brincos, anéis, colares, esmalte, pulseiras, relógio, maquiagem, perfume, celular, dentre outros). Piercings deverão ser protegidos com esparadrapo.</p>

Programa Municipal Cozinha Escola

Qualificação	
Título: Cozinha Avançada	
Formato: Curso	Carga horária: 60 horas

Conteúdo Programático
<p>Conteúdo - Mundo do Trabalho</p> <p>Objetivo: contribuir para o desenvolvimento pessoal e profissional, auxiliando no desenvolvimento de competências empreendedoras que permitam a geração de renda de forma autônoma a partir da produção e venda de alimentos utilizando apenas utensílios e equipamentos encontrados em cozinhas domésticas. Preparação para entrada no mercado de trabalho em gastronomia com confecção de currículo e entendimento de fluxos e processos dentro de cozinhas profissionais.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Palestra ADE SAMPA: MEI – Microempreendedor individual2. O que é empreendedorismo: principais competências3. Empreendedorismo na gastronomia4. Plano de negócio5. Comunicação e redes sociais6. Ficha técnica e precificação7. O trabalho em cozinha8. O mercado de trabalho em gastronomia <p>Metodologia: exposição dialogada Carga Horária: 8 horas</p> <p>Conteúdo – Cozinha avançada</p> <p>Objetivo: Promover qualificação em técnicas em gastronomia necessárias para o trabalho como assistente ou ajudante em cozinha profissional ou produção de comida de forma doméstica para venda, com base no uso integral dos ingredientes e nas boas práticas de manipulação de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Boas práticas de manipulação de alimentos2. Sustentabilidade3. Cortes e Fundos4. Molhos Quentes e Massas5. Saladas6. Cereais e leguminosas7. Ovos8. Risotos9. Cozinha vegetariana10. Proteínas11. Pães12. Salgados13. Confeitaria14. Atendimento e serviços <p>Carga Horária: 60 horas</p>

Requisitos - ATENÇÃO

Escolaridade mínima: ensino fundamental em curso.

Idade mínima: 18 anos (entre 16 e 18 anos apenas com autorização de responsável e sem manipulação de objetos cortantes e/ou fogo)

Vestuário: camiseta de algodão de manga comprida preferencialmente branca, calça comprida, sapato fechado com solado emborrachado ou sapato de segurança.

Durante a aula o aluno deverá apresentar-se sem adornos (brincos, anéis, colares, esmalte, pulseiras, relógio, maquiagem, perfume, celular, dentre outros). Piercings deverão ser protegidos com esparadrapo.

Programa Municipal Cozinha Escola

Qualificação	
Título: Bolos e Confeitaria	
Formato: Oficina	Carga horária: 8 horas

Conteúdo Programático
<p>Conteúdo - Mundo do Trabalho Objetivo: contribuir para o desenvolvimento pessoal e profissional, auxiliando no desenvolvimento de competências empreendedoras que permitam a geração de renda de forma autônoma a partir da produção e venda de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. O que é empreendedorismo: principais competências2. Empreendedorismo na gastronomia3. Ficha técnica4. Precificação <p>Metodologia: exposição dialogada Carga Horária: 1 hora</p> <p>Conteúdo – Oficina Bolos e Confeitaria Objetivo: Promover qualificação em técnicas básicas de gastronomia necessárias para a produção de bolos e doces de forma caseira com base no uso integral dos ingredientes e nas boas práticas de manipulação de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Boas práticas de manipulação de alimentos2. Sustentabilidade3. Bolos e Confeitaria<ul style="list-style-type: none">- Brigadeiro de Capim Santo- Biscoito amanteigado- Pão de ló- Creme de confeitiro- Geleia de laranja- Torta de limão- Bolo Mané Pelado- Bolo de cenoura- Bolo de banana <p>Carga Horária: 7 horas</p>

Requisitos - ATENÇÃO
<p>Escolaridade mínima: ensino fundamental em curso. Idade mínima: 18 anos (entre 16 e 18 anos apenas com autorização de responsável e sem manipulação de objetos cortantes e/ou fogo) Vestuário: camiseta de algodão de manga comprida preferencialmente branca, calça comprida, sapato fechado com solado emborrachado ou sapato de segurança. Durante a aula o aluno deverá apresentar-se sem adornos (brincos, anéis, colares, esmalte, pulseiras, relógio, maquiagem, perfume, celular, dentre outros). Piercings deverão ser protegidos com esparadrapo.</p>

Programa Municipal Cozinha Escola

Qualificação	
Título: Cozinha Básica	
Formato: Curso	Carga horária: 20 horas

Conteúdo Programático
<p>Conteúdo - Mundo do Trabalho</p> <p>Objetivo: contribuir para o desenvolvimento pessoal e profissional, auxiliando no desenvolvimento de competências empreendedoras que permitam a geração de renda de forma autônoma a partir da produção e venda de alimentos utilizando apenas utensílios e equipamentos encontrados em cozinhas domésticas</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Apresentação do curso do Programa Cozinha Escola2. Palestra ADE SAMPA: MEI - Microempreendedor Individual3. O que é empreendedorismo: principais competências4. Empreendedorismo na gastronomia5. Plano de negócio6. Comunicação e redes sociais <p>Metodologia: exposição dialogada e atividades práticas em grupo Carga Horária: 4 horas</p> <p>Conteúdo - Cozinha Básica</p> <p>Objetivo: promover formação profissional em técnicas de gastronomia para a produção de pães, salgados, tortas, bolos e doces de forma caseira com base no uso integral dos ingredientes e nas boas práticas de manipulação de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Ficha técnica e precificação (Carga horária: 2h)2. Boas práticas de manipulação de alimentos (Carga horária: 1h30)3. Sustentabilidade (Carga horária: 30 min)4. Panificação básica (Carga horária:4h)<ul style="list-style-type: none">- Pão integral- Pão pita- Pão de Mandioquinha- Pão de Capim Santo- Pão de queijo com tapioca- Focaccia5. Salgados e Tortas (Carga horária: 4h)<ul style="list-style-type: none">- Croquete de linguiça- Coxinha de galinha caipira com catupiry- Quiche a provençal- Torta de limão6. Confeitaria e Bolos (Carga horária: 4h)<ul style="list-style-type: none">- Brigadeiro de Capim Santo- Biscoito amanteigado- Creme de confeitiro- Bolo de Milho com iogurte- Bolo de banana

Requisitos - ATENÇÃO

Escolaridade mínima: ensino fundamental em curso.

Idade mínima: 18 anos (entre 16 e 18 anos apenas com autorização de responsável e sem manipulação de objetos cortantes e/ou fogo)

Vestuário: camiseta de algodão de manga comprida preferencialmente branca, calça comprida, sapato fechado com solado emborrachado ou sapato de segurança.

Durante a aula o aluno deverá apresentar-se sem adornos (brincos, anéis, colares, esmalte, pulseiras, relógio, maquiagem, perfume, celular, dentre outros). Piercings deverão ser protegidos com esparadrapo.

Programa Municipal Cozinha Escola

Qualificação	
Título: Comida de Boteco	
Formato: Oficina	Carga horária: 8 horas

Conteúdo Programático
<p>Conteúdo - Mundo do Trabalho Objetivo: contribuir para o desenvolvimento pessoal e profissional, auxiliando no desenvolvimento de competências empreendedoras que permitam a geração de renda de forma autônoma a partir da produção e venda de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. O que é empreendedorismo: principais competências2. Empreendedorismo na gastronomia3. Ficha técnica4. Precificação <p>Metodologia: exposição dialogada e atividades em grupos. Carga Horária: 1 hora</p> <p>Conteúdo – Comida de Boteco Objetivo: Promover capacitação para a produção de comidinhas e aperitivos de boteco de forma caseira com base no uso integral dos ingredientes e nas boas práticas de manipulação de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Boas práticas de manipulação de alimentos<ul style="list-style-type: none">- Tipos de contaminação- Condutas de higiene previstas pela ANVISA- Higiene das mãos e do ambiente- Higienização dos alimentos- Armazenamento e conservação2. Sustentabilidade3. Comida de boteco<ul style="list-style-type: none">- Batatas fritas- Couve flor empanada em massa de cerveja- Milanesa de berinjela- Dadinho de tapioca- Torresmo- Coxinha de frango- Croquete de linguiça- Massa de pastel <p>Carga Horária: 7 horas</p>

Requisitos - ATENÇÃO
<p>Escolaridade mínima: ensino fundamental em curso. Idade mínima: 18 anos (entre 16 e 18 anos apenas com autorização de responsável e sem manipulação de objetos cortantes e/ou fogo) Vestuário: camiseta de algodão de manga comprida preferencialmente branca, calça comprida, sapato fechado com solado emborrachado ou sapato de segurança. Durante a aula o aluno deverá apresentar-se sem adornos (brincos, anéis, colares, esmalte, pulseiras, relógio, maquiagem, perfume, celular, dentre outros). Piercings deverão ser protegidos com esparadrapo.</p>

Programa Municipal Cozinha Escola

Qualificação	
Título: Feijoada	
Formato: Oficina	Carga horária: 8 horas
Conteúdo Programático	
<p>Conteúdo - Mundo do Trabalho Objetivo: contribuir para o desenvolvimento pessoal e profissional, auxiliando no desenvolvimento de competências empreendedoras que permitam a geração de renda de forma autônoma a partir da produção e venda de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. O que é empreendedorismo: principais competências 2. Empreendedorismo na gastronomia 3. Ficha técnica 4. Precificação <p>Metodologia: exposição dialogada e atividades em grupos. Carga Horária: 1 hora</p> <p>Conteúdo – Feijoada Objetivo: Promover capacitação para a produção, comunicação e venda de pratos de feijoada completos ou suas partes, produzidos de forma caseira e com base no uso integral dos ingredientes e nas boas práticas de manipulação de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Boas práticas de manipulação de alimentos <ul style="list-style-type: none"> - Tipos de contaminação - Condutas de higiene previstas pela legislação sanitária - Higiene das mãos e do ambiente - Higienização dos alimentos - Armazenamento e conservação 2. Sustentabilidade 3. Feijoada completa <ul style="list-style-type: none"> - Feijoada brasileira clássica - Farofa de alho - Couve à mineira - Vinagrete de feijoada - Banana à milanesa - Arroz branco - Torresmo - Bolinho de feijoada 4. Feijoada Vegana <p>Carga Horária: 7 horas</p>	
Requisitos - ATENÇÃO	
<p>Escolaridade mínima: ensino fundamental em curso.</p> <p>Idade mínima: 18 anos</p> <p>Vestuário: camiseta de algodão de manga comprida preferencialmente branca, calça comprida, sapato fechado com solado emborrachado ou sapato de segurança.</p> <p>Durante a aula o aluno deverá apresentar-se sem adornos (brincos, anéis, colares, esmalte, pulseiras, relógio, maquiagem, perfume, celular, dentre outros). Piercings deverão ser protegidos com esparadrapo.</p>	

Programa Municipal Cozinha Escola

Qualificação	
Título: Tortas e Salgados	
Formato: Oficina	Carga horária: 8 horas

Conteúdo Programático
<p>Conteúdo - Mundo do Trabalho Objetivo: contribuir para o desenvolvimento pessoal e profissional, auxiliando no desenvolvimento de competências empreendedoras que permitam a geração de renda de forma autônoma a partir da produção e venda de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. O que é empreendedorismo: principais competências 2. Empreendedorismo na gastronomia 3. Ficha técnica 4. Precificação <p>Metodologia: exposição dialogada e atividades em grupos. Carga Horária: 1 hora</p> <p>Conteúdo – Tortas e Salgados Objetivo: Promover qualificação para a produção, comunicação e venda de tortas e salgados, produzidos de forma caseira e com base no uso integral dos ingredientes e nas boas práticas de manipulação de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Boas práticas de manipulação de alimentos <ul style="list-style-type: none"> - Tipos de contaminação - Condutas de higiene previstas pela ANVISA - Higiene das mãos e do ambiente - Higienização dos alimentos - Armazenamento e conservação 2. Sustentabilidade 3. Tortas e Salgados <ul style="list-style-type: none"> - Quiche à Provençal - Torta de Frango com Catupiry - Torta de Limão - Quibe de Berinjela - Croquete de Palmito - Croquete de Linguiça - Empadão Goiano - Coxinha de Galinha Caipira com Catupiry - Esfirra de Carne <p>Carga Horária: 7 horas</p>

Requisitos - ATENÇÃO
<p>Escolaridade mínima: ensino fundamental em curso.</p> <p>Idade mínima: 18 anos</p> <p>Vestuário: camiseta de algodão de manga comprida preferencialmente branca, calça comprida, sapato fechado com solado emborrachado ou sapato de segurança.</p>

Durante a aula o aluno deverá apresentar-se sem adornos (brincos, anéis, colares, esmalte, pulseiras, relógio, maquiagem, perfume, celular, dentre outros). Piercings deverão ser protegidos com esparadrapo.

Programa Municipal Cozinha Escola

Qualificação	
Título: São João	
Formato: Oficina	Carga horária: 8 horas

Conteúdo Programático
<p>Conteúdo - Mundo do Trabalho</p> <p>Objetivo: contribuir para o desenvolvimento pessoal e profissional, auxiliando no desenvolvimento de competências empreendedoras que permitam a geração de renda de forma autônoma a partir da produção e venda de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. O que é empreendedorismo: principais competências2. Empreendedorismo na gastronomia3. Ficha técnica4. Precificação <p>Metodologia: exposição dialogada Carga Horária: 1 hora</p> <p>Conteúdo – Oficina de São João</p> <p>Objetivo: Promover qualificação em técnicas básicas de gastronomia necessárias para a produção de comidas típicas de festas de juninas de forma caseira com base no uso integral dos ingredientes e nas boas práticas de manipulação de alimentos.</p> <p>Programação:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Boas práticas de manipulação de alimentos2. Sustentabilidade3. São João:<ul style="list-style-type: none">- Pamonha doce- Pamonha salgada- Curau de milho- Pé de moleque- Empadão Goiano- Bolinho de mandioca com queijo- Cuscuz paulista vegetariano- Bolo salgado de milho com presunto e queijo- Quentão sem álcool- Vinho quente sem álcool <p>Carga Horária: 7 horas</p>

Requisitos - ATENÇÃO
<p>Escolaridade mínima: ensino fundamental em curso.</p> <p>Idade mínima: 18 anos (entre 16 e 18 anos apenas com autorização de responsável e sem manipulação de objetos cortantes e/ou fogo)</p> <p>Vestuário: camiseta de algodão de manga comprida preferencialmente branca, calça comprida, sapato fechado com solado emborrachado ou sapato de segurança.</p> <p>Durante a aula o aluno deverá apresentar-se sem adornos (brincos, anéis, colares, esmalte, pulseiras, relógio, maquiagem, perfume, celular, dentre outros). Piercings deverão ser protegidos com esparadrapo.</p>