



COURSE: *UTILITY ASSISTANT COOK. (ASSTCOOK).*



Scope:

This course is intended for the training of personnel who have tasks as kitchen assistants and whose responsibilities include, among others, cleaning the kitchens, maintaining the inventory of the equipment and utensils, appliances and equipment used in the preparation of food as well as collaborating with other chefs in the preparation of menus. In compliance with the minimum requirements of MLC 2003 Regulation 3.2, for onboard inn service and the USPH standard.

Pre-requisites:

- Be 18 years of age or older.
- Basic level of education, knowing how to read and write.
- Intermediate-advanced level of English.
- Knowledge of the equipment used in kitchens.
- Knowledge of sanitary hygiene measures in food preparation.
- Full or semi-complete kitchen uniform (minimum requirement: hairnet or scarf, white school sweaters, white apron, long black pants, closed-toe shoes, or slippers).



Course Content.

Modules	Theoretical hours	Practice Hours
1. PRACTICAL KNOWLEDGE OF COOKING 1.1. Kitchen basics. 1.2. Practical cooking skills.	2.0	-
2. FOOD HYGIENE. 2.1. Food hygiene. 2.2. Foodborne illnesses. 2.3. Importance of washing vegetables and fruits, and methods used.	3.0	-
3. PERSONAL HYGIENE. 3.1. Personal Hygiene. 3.2. Skin infections. 3.3. Gloves. 3.4. When to stop working for the good health of others.	2.0	-
4. U.S. PUBLIC HEALTH REGULATIONS (USPH) ON PERSONAL HYGIENE, FOOD HANDLING, WASTE MANAGEMENT, AND WATER QUALITY. 4.1.1. What are the USPH regulations? 4.1.2. What is the U.S. Vessel Sanitation Program? 4.1.3. Who inspects cruise ships? 4.1.4. How and when are USPH inspections conducted on cruise ships? 4.1.5. What is the 3-bucket cleaning method used in the cruise shipping industry? 4.1.6. Who regulates cruising in the United States? 4.1.7. What is the Maritime Health Declaration? 4.2. Review of the requirements established as control measures by the USPH regulation. 4.2.1. Verification of sanitation procedures for crew in accordance with USPH regulation. 4.2.2. Food Handling Checklist. 4.2.3. Preparation of the Food Department for a sanitary inspection. 4.2.4. Preparation list for the sanitization of the ship.	4.0	-



<p>5. FOOD STORAGE.</p> <p>5.1. How food should be stored because it is important to have well-organized pantries.</p> <p>5.2. How to handle refrigerated and frozen products.</p> <p>5.3. How to preserve and reheat leftovers and use them in other dishes.</p> <p>5.4. <u>Submit food requests to the executive chefs' office on time.</u></p> <p>5.5. <u>Responsibly manage kitchen inventory, including food requests and new orders that may emanate from daily review.</u></p>	<p>3.0</p>	<p>-</p>
<p>6. ENVIRONMENTAL PROTECTION AND SAFETY.</p> <p>6.1. Awareness of potential risks.</p> <p>6.2. Safe behavior at meals.</p> <p>6.3. Risk Assessment.</p> <p>6.4. Basic knowledge of the CTM 2006 - Rule 3.2, Standard A3.2 and Guideline B3.2.</p> <p>6.5. Knowledge of Chapter IX of the 1974 Solas Convention, as amended.</p> <p>6.6. Basic knowledge of the ISM Code of Safety Management Systems.</p> <p>6.7. Reporting of Occupational Injuries.</p> <p>6.8. First Aid in the Kitchen.</p> <p>6.9. Fire suppression in kitchens.</p> <p>6.10. MARPOL Annex V on rules for the prevention of pollution from ships' litter.</p> <p>6.10.1. Waste.</p> <p>6.10.2. Reconcile limiting waste with hygiene and safety.</p> <p>6.10.3. Waste collection.</p> <p>6.10.4. Waste disposal.</p>	<p>4.0</p>	<p>-</p>
<p>7. Introduction to pastry.</p> <p>7.1. Raw material for cakes.</p> <p>7.2. Classification of doughs and creams.</p> <p>7.3. Pastry Equipment & Tools.</p> <p>7.4. Preparation of base doughs.</p> <p>7.5. Making sponge cakes.</p> <p>7.6. Preparation of sweet and savory cakes.</p> <p>7.7. Preparation of creams and meringues.</p> <p>7.8. Preparation of classic international cakes.</p>	<p>8.0</p>	<p>3.0</p>



MARITIME PROFESSIONAL INSTITUTE OF PANAMA

Urbanización Perejil, Calle 3era, Edificio PH Barcelona, Local N°1, Planta Baja.

Phone (507) 373-4907 / 373-4908 / 788-6592 / 6781-6847

Email: maritimecenter@mp-ip.edu.pa



<p>8. Introduction to menu planning and cost control.</p> <p>8.1. Basic Cooking Techniques.</p> <p>8.2. Cold kitchen.</p> <p>8.3. Introduction to nutrition.</p>	2.0	1.0
<p>9. Intermediate Culinary Techniques</p> <p>9.1. International cuisine.</p> <p>9.2. À la carte restaurants.</p> <p>9.3. Introduction to food and beverage service.</p>	2.0	-
<p>10. Introduction to baking.</p> <p>10.1. Advanced pastry.</p> <p>10.2. Buffet and catering.</p> <p>10.3. Service and oversight of food and beverage operations.</p>	2.0	2.0
<p>11. Maintenance and cleaning of the equipment, ensuring its availability for use.</p> <p>11.1. Knowledge and use of chemical products for cleaning and sanitizing kitchens.</p> <p>11.2. Cleaning and sanitizing kitchen equipment, including kitchen spaces, floors, walls, among others.</p> <p>11.3. Washing kitchen utensils.</p>	2.0	-
<p>12. Responsibilities and Tasks. (Practical)</p> <p>12.1. Inspection: Participation in the necessary inspections in accordance with the Hotel Management manuals.</p> <p>12.2. Maintenance of standard work procedures: verification of work procedures always ensuring that they are carried out in accordance with hotel management manuals.</p> <p>12.3. Cost control: appropriate use of cleaning supplies and consumables, avoiding waste, and seeking the best interest with regard to savings.</p> <p>12.4. <u>Submit food requests to the executive chefs' office on time.</u></p> <p>12.5. Equipment Maintenance.</p> <p>12.5.1. All machines and equipment must be kept in good repair and clean condition.</p> <p>12.5.2. Supervise the training program on the handling of new or refurbished equipment.</p> <p>12.5.3. Conduct periodic inspections on equipment condition and maintain an up-to-date list of equipment.</p>	-	120 hours



MARITIME PROFESSIONAL INSTITUTE OF PANAMA

Urbanización Perejil, Calle 3era, Edificio PH Barcelona, Local N°1, Planta Baja.

Phone (507) 373-4907 / 373-4908 / 788-6592 / 6781-6847

Email: maritimecenter@mp-ip.edu.pa



12.5.4. Follow-up of the required action, list of pending repairs to be reviewed periodically.		
12.6. Waste Disposal.		
12.6.1. Ensure that all waste produced and handled by the kitchen department meets the standards set by the Ministry of Health.		
12.6.2. Ensure that all workers are fully trained and that complete records of waste handling are kept.		
12.7. Public health and hygiene:		
12.7.1. Sanitation regulation checks are carried out regularly, in accordance with the standards set out in the hotel management manual.		
12.8. Participation in evacuation exercises.		
Subtotal hours	34.0	126.0
Total	160.0	

The practical component will be carried out with the institutions with which we have a collaboration agreement.

Required Materials:

Copy of ID or Passport, paper, pen, highlighters (different colors), Practice Uniform.

Abbreviation: ASSTCOOK Duration: 20 days (160 hours) Mode: in classroom / online.



CURSO: ASISTENTE DE COCINA. (ASSTCOOK).



Justificación:

Este curso está destinado para la capacitación de personal que tenga tareas como ayudante de cocina y cuyas responsabilidades incluyen entre otros, la limpieza de las cocinas, el mantenimiento del inventario de los equipos y utensilios, electrodomésticos y equipos utilizados en la preparación día de alimentos así como la colaboración con otros chef en la preparación de los menús, en cumplimiento con los requisitos mínimos del MLC 2003 Regulación 3.2, para el servicio de fonda abordó y el estándar USPH..

Pre-requisitos:

- Ser mayor de 18 años
- Nivel de formación básica, saber leer y escribir.
- Nivel Intermedio-avanzado de inglés.
- Conocimiento de los equipos utilizados en las cocinas.
- Conocimiento de medidas sanitarias de higiene en la preparación de alimentos.
- Uniforme de cocina completo o semicompleto (requisito mínimo: redecilla o pañoleta, sweters blanco instituto, delantal blanco, pantalón negro largo, zapatos cerrado o zapatillas).



Contenido del curso.

Módulos	Horas teóricas	Horas practica
1. CONOCIMIENTO PRACTICO DE COCINA 1.1. Elementos básicos de cocina. 1.2. Competencias prácticas de cocina.	2.0	-
2. HIGIENE ALIMENTARIA. 2.1. Higiene Alimentaria 2.2. Enfermedades de transmisión alimentaria 2.3. Importancia del lavado de vegetales y frutas, y métodos utilizados.	3.0	-
3. HIGIENE PERSONAL. 3.1. Higiene personal. 3.2. Infecciones cutáneas. 3.3. Guantes. 3.4. Cuando dejar de trabajar por el bien de la salud de los demás.	2.0	-
4. LAS REGULACIONES DE LA SALUD PÚBLICA DE LOS ESTADOS UNIDOS (USPH) POR SUS SIGLAS EN INGLÉS, EN MATERIA DE HIGIENE PERSONAL, MANEJO DE ALIMENTOS, MANEJO DE DESECHOS, CALIDAD DEL AGUA. 4.1.1. ¿Cuáles son las regulaciones de la USPH? 4.1.2. ¿Qué es el Programa de Saneamiento de Embarcaciones de EE. UU.? 4.1.3. ¿Quién inspecciona los cruceros? 4.1.4. ¿Cómo y cuándo se llevan a cabo las inspecciones de USPH en cruceros? 4.1.5. ¿En qué consiste el método de limpieza de 3 cubos, empleado en la industria marítima de cruceros? 4.1.6. ¿Quién regula los cruceros en los Estados Unidos? 4.1.7. ¿Qué es la declaración marítima de sanidad? 4.2. Revisión de los requisitos establecidos como medidas de control por parte de la regulación USPH. 4.2.1. Verificación de los procedimientos de saneamiento para la tripulación de acuerdo con la regulación USPH. 4.2.2. Lista de verificación de manipulación de alimentos.	4.0	-



4.2.3. Preparación del departamento de alimentos para una inspección sanitaria.		
4.2.4. Lista de preparación para la sanitización del buque.		
5. ALMACENAMIENTO DE LOS ALIMENTOS.	3.0	-
5.1. Como se deben almacenar los alimentos porque es importante tener las despensas bien ordenadas.		
5.2. Como manipular los productos refrigerados y congelados.		
5.3. Como conservar y recalentar las sobras de comidas y aprovecharlas en otros platos.		
5.4. <u>Presentar las solicitudes de alimentos a la oficina de chefs ejecutivos a tiempo.</u>		
5.5. <u>Manejar responsablemente el inventario de la cocina, incluyendo las solicitudes de alimentos y nuevas órdenes que puedan emanar de la revisión diaria.</u>		
6. PROTECCION DEL MEDIO AMBIENTE Y LA SEGURIDAD.	4.0	-
6.1. Conciencia de los riesgos potenciales.		
6.2. Comportamiento seguro en las comidas.		
6.3. Evaluación de riesgos.		
6.4. Conocimiento básico del CTM 2006 -Regla 3.2 Norma A3.2 y Pauta B3.2.		
6.5. Conocimiento del capítulo IX del Convenio Solas 1974, enmendado.		
6.6. Conocimiento básico del Código IGS de los sistemas de Gestión de la seguridad.		
6.7. Notificación de lesiones profesionales.		
6.8. Primeros auxilios en la cocina.		
6.9. Extinción de incendios en las cocinas.		
6.10. Anexo V del MARPOL sobre las reglas para prevenir la contaminación por las basuras de los buques.		
6.10.1. Residuos.		
6.10.2. Conciliar la limitación del despilfarro con la higiene y la seguridad.		
6.10.3. Recogida de residuos.		
6.10.4. Eliminación de residuos.		
7. Introducción a la pastelería.	8.0	3.0
7.1. Materia prima para pasteles.		
7.2. Clasificación de las masas y cremas.		



MARITIME PROFESSIONAL INSTITUTE OF PANAMA

Urbanización Perejil, Calle 3era, Edificio PH Barcelona, Local N°1, Planta Baja.

Phone (507) 373-4907 / 373-4908 / 788-6592 / 6781-6847

Email: maritimecenter@mp-ip.edu.pa



7.3. Equipos y herramientas de pastelería.		
7.4. Elaboración de masas base.		
7.5. Elaboración de bizcochos		
7.6. Elaboración de tarta dulces y saladas.		
7.7. Elaboración de cremas y merengues		
7.8. Elaboración de pasteles clásicos internacionales.		
8. Introducción a la planificación de menús y control de costos.	2.0	1.0
8.1. Técnicas culinarias básicas.		
8.2. Cocina fría.		
8.3. Introducción a la nutrición.		
9. Técnicas culinarias intermedio	2.0	-
9.1. Cocina internacional.		
9.2. Restaurantes a la carta.		
9.3. Introducción al servicio de alimentos y bebidas.		
10. Introducción a la panadería.	2.0	2.0
10.1. pastelería avanzada.		
10.2. Buffet y catering.		
10.3. Servicio y supervisión de las operaciones de alimentos y bebidas		
11. Mantenimiento y limpieza de los equipos garantizando su disponibilidad para el uso.	2.0	-
11.1. Conocimiento y uso de los productos químicos para la limpieza y sanitización de las cocinas.		
11.2. Limpieza y sanitización de los equipos de cocina, incluidos los espacios de la cocina, pisos, paredes, entre otros.		
11.3. Lavado de utensilios de cocina.		
12. Responsabilidades y Tareas. (practico)	-	120 horas
12.1. Inspección: Participación de las inspecciones necesarias de acuerdo con los manuales de Gestión hotelera.		
12.2. Mantenimiento de procedimiento estándar de trabajo: verificación de los procedimientos de trabajos asegurando en todo momento que se lleven a cabo de acuerdo con los manuales de gestión Hotelera.		
12.3. Control de costos: utilización adecuada de los suministros y consumibles de limpieza evitando el despilfarre, y buscando el mejor interés con respecto al ahorro de estos.		



MARITIME PROFESSIONAL INSTITUTE OF PANAMA

Urbanización Perejil, Calle 3era, Edificio PH Barcelona, Local N°1, Planta Baja.

Phone (507) 373-4907 / 373-4908 / 788-6592 / 6781-6847

Email: maritimecenter@mp-ip.edu.pa



12.4. <u>Presentar las solicitudes de alimentos a la oficina de chefs ejecutivos a tiempo.</u>		
12.5. Mantenimiento de Equipos.		
12.5.1. Todas las máquinas y equipos deben mantenerse en buen estado y en condiciones de limpieza.		
12.5.2. Supervisar el programa de instrucción sobre el manejo de equipos nuevos o rehabilitados.		
12.5.3. Realizar inspecciones periódicas sobre las condiciones del equipo y se debe mantener una lista actualizada de los equipos.		
12.5.4. Seguimiento de la acción requerida, lista de reparaciones pendientes que se revisará periódicamente.		
12.6. Disposición de Residuos.		
12.6.1. Asegurarse de que todos los residuos producidos y manipulados por el departamento de cocina cumplen con las normas establecidas por el ministerio de salud.		
12.6.2. Asegúrese de que todos los trabajadores estén completamente capacitados y que se mantengan registros completos del manejo de desechos.		
12.7. Salud Publica e Higiene:		
12.7.1. Los controles del reglamento de saneamiento se llevan a cabo con regularidad, de acuerdo con los estándares establecidos en el manual de gestión hotelera.		
12.8. Participación de los ejercicios de evacuación.		
Subtotal de horas	34.0	126.0
Total		160.0

La componente practico será llevado a cabo con las instituciones con las cuales mantenemos convenio de colaboración.

Materiales requeridos:

Copia de Cedula o Pasaporte, papel, bolígrafo, resaltadores (diferentes colores), Uniforme para Practica.

Abreviatura: ASSTCOOK Duración: 20 días (160 horas) Modalidad: presencial / online.