

**Prefeitura Municipal de Suzano do Estado de São Paulo**

# **SUZANO-SP**

Cozinheiro Escolar

Edital de Abertura de Inscrições n°. 002/2018 - Educação

**JL132-2018**



## DADOS DA OBRA

**Título da obra:** Prefeitura Municipal de Suzano do Estado de São Paulo

**Cargo:** Cozinheiro Escolar

(Baseado no Edital de Abertura de Inscrições nº. 002/2018 - Educação)

- Língua Portuguesa
  - Matemática
- Conhecimentos Específicos

**Gestão de Conteúdos**

Emanuela Amaral de Souza

**Diagramação/ Editoração Eletrônica**

Elaine Cristina  
Igor de Oliveira  
Ana Luiza Cesário  
Thais Regis

**Produção Editorial**

Suelen Domenica Pereira  
Julia Antoneli  
Leandro Filho

**Capa**

Joel Ferreira dos Santos



## SUMÁRIO

### Língua Portuguesa

Leitura e interpretação de diversos tipos de textos (literários e não literários) .....	01
Sinônimos e antônimos. ....	07
Sentido próprio e figurado das palavras. ....	07
Pontuação. ....	14
Classes de palavras: substantivo, adjetivo, numeral, artigo, pronome, verbo, advérbio, preposição e conjunção: emprego e sentido que imprimem às relações que estabelecem. ....	17
Concordância verbal e nominal. ....	55
Regência verbal e nominal. ....	60
Colocação pronominal. ....	66
Crase. ....	68

### Matemática

Resolução de situações-problema, envolvendo: adição, subtração, multiplicação, divisão, potenciação ou radiciação com números racionais, nas suas representações fracionária ou decimal; .....	01
Mínimo múltiplo comum; .....	01
Porcentagem; .....	74
Razão e proporção; .....	11
Regra de três simples; .....	15
Equação do 1º grau; .....	23
Grandezas e medidas - quantidade, tempo, comprimento, superfície, capacidade e massa; .....	19
Relação entre grandezas - tabela ou gráfico; .....	37
Noções de geometria plana - forma, área, perímetro e Teorema de Pitágoras. ....	48

### Conhecimentos Específicos

Preparar lanches quentes e frios, refeições e sucos conforme recomendação técnica recebida; .....	01
distribuir as refeições preparadas; .....	02
higienizar, temperar, assar, refogar e cozinhar alimentos, atendendo às exigências do cardápio; .....	03
fazer pedidos de suprimento de material necessário à cozinha ou para a preparação dos alimentos; .....	03
operar os diversos equipamentos de cozinha; .....	07
zelar pelo estado de conservação, organização e limpeza dos alimentos, da cozinha e da despensa; .....	05
orientar e distribuir as atividades de preparação de alimentos; .....	05
controlar o estoque de todos os materiais de consumo, bens duráveis e patrimoniais que estejam na cozinha sob sua responsabilidade; .....	07
realizar os serviços de limpeza e faxina em sua unidade de trabalho, varrendo, lavando e higienizando as instalações, as salas, os pátios, os banheiros e os equipamentos; .....	05
zelar pelo cumprimento das normas fixadas pela segurança do trabalho, bem como pela adequada utilização, guarda e manutenção dos equipamentos de proteção individual (EPs); .....	18
executar outras tarefas afins. ....	23



## LÍNGUA PORTUGUESA

Leitura e interpretação de diversos tipos de textos (literários e não literários) .....	01
Sinônimos e antônimos. ....	07
Sentido próprio e figurado das palavras. ....	07
Pontuação. ....	14
Classes de palavras: substantivo, adjetivo, numeral, pronome, verbo, advérbio, preposição e conjunção: emprego e sentido que imprimem às relações que estabelecem. ....	17
Concordância verbal e nominal. ....	55
Regência verbal e nominal.....	60
Colocação pronominal. ....	66
Crase.....	68



**LEITURA E INTERPRETAÇÃO DE DIVERSOS TIPOS DE TEXTOS (LITERÁRIOS E NÃO LITERÁRIOS).**

Sabemos que a “matéria-prima” da literatura são as palavras. No entanto, é necessário fazer uma distinção entre a linguagem literária e a linguagem não literária, isto é, aquela que não caracteriza a literatura.

Embora um médico faça suas prescrições em determinado idioma, as palavras utilizadas por ele não podem ser consideradas literárias porque se tratam de um vocabulário especializado e de um contexto de uso específico. Agora, quando analisamos a literatura, vemos que o escritor dispensa um cuidado diferente com a linguagem escrita, e que os leitores dispensam uma atenção diferenciada ao que foi produzido.

Outra diferença importante é com relação ao tratamento do conteúdo: ao passo que, nos textos não literários (jornalísticos, científicos, históricos, etc.) as palavras servem para veicular uma série de informações, o texto literário funciona de maneira a chamar a atenção para a própria língua (FARACO & MOURA, 1999) no sentido de explorar vários aspectos como a sonoridade, a estrutura sintática e o sentido das palavras.

Veja abaixo alguns exemplos de expressões na linguagem não literária ou “corriqueira” e um exemplo de uso da mesma expressão, porém, de acordo com alguns escritores, na linguagem literária:

**Linguagem não literária:**

- 1- Anoitece.
- 2- Teus cabelos loiros brilham.
- 3- Uma nuvem cobriu parte do céu. ...

**Linguagem literária:**

- 1- A mão da noite embrulha os horizontes. (Alvarenga Peixoto)
- 2- Os clarins de ouro dos teus cabelos cantam na luz! (Mário Quintana)
- 3- um sujo de nuvem emporcalhou o luar em sua nascente. (José Cândido de Carvalho)

Como distinguir, na prática, a linguagem literária da não literária?

- A linguagem literária é conotativa, utiliza figuras (palavras de sentido figurado), em que as palavras adquirem sentidos mais amplos do que geralmente possuem.
- Na linguagem literária há uma preocupação com a escolha e a disposição das palavras, que acabam dando vida e beleza a um texto.
- Na linguagem literária é muito importante a maneira original de apresentar o tema escolhido.

- A linguagem não literária é objetiva, denotativa, preocupa-se em transmitir o conteúdo, utiliza a palavra em seu sentido próprio, utilitário, sem preocupação artística. Geralmente, recorre à ordem direta (sujeito, verbo, complementos).

Leia com atenção os textos a seguir e compare as linguagens utilizadas neles.

**Texto A**

Amor (ô). [Do lat. amore.] S. m. 1. Sentimento que dispõe alguém a desejar o bem de outrem, ou de alguma coisa: amor ao próximo; amor ao patrimônio artístico de sua terra. 2. Sentimento de dedicação absoluta de um ser a outro ser ou a uma coisa; devoção, culto; adoração: amor à Pátria; amor a uma causa. 3. Inclinação ditada por laços de família: amor filial; amor conjugal. 4. Inclinação forte por pessoa de outro sexo, geralmente de caráter sexual, mas que apresenta grande variedade e comportamentos e reações.

Aurélio Buarque de Holanda Ferreira. Novo Dicionário da Língua Portuguesa, Nova Fronteira.

**Texto B**

Amor é fogo que arde sem se ver;  
É ferida que dói e não se sente;  
É um contentamento descontente;  
é dor que desatina sem doer.

Lúis de Camões. Lírica, Cultrix.

Você deve ter notado que os textos tratam do mesmo assunto, porém os autores utilizam linguagens diferentes.

No texto A, o autor preocupou-se em definir “amor”, usando uma linguagem objetiva, científica, sem preocupação artística.

No texto B, o autor trata do mesmo assunto, mas com preocupação literária, artística. De fato, o poeta entra no campo subjetivo, com sua maneira própria de se expressar, utiliza comparações (compara amor com fogo, ferida, contentamento e dor) e serve-se ainda de contrastes que acabam dando graça e força expressiva ao poema (contentamento descontente, dor sem doer, ferida que não se sente, fogo que não se vê).

**Questões**

- 1-) Leia o trecho do poema abaixo.

**O Poeta da Roça**

Sou fio das mata, cantô da mão grosa  
Trabaio na roça, de inverno e de estio  
A minha chupana é tapada de barro  
Só fumo cigarro de paia de mio.

Patativa do Assaré

A respeito dele, é possível afirmar que

(A) não pode ser considerado literário, visto que a linguagem aí utilizada não está adequada à norma culta formal.

(B) não pode ser considerado literário, pois nele não se percebe a preservação do patrimônio cultural brasileiro.

(C) não é um texto consagrado pela crítica literária.

(D) trata-se de um texto literário, porque, no processo criativo da Literatura, o trabalho com a linguagem pode aparecer de várias formas: cômica, lúdica, erótica, popular etc

(E) a pobreza vocabular – palavras erradas – não permite que o consideremos um texto literário.

Leia os fragmentos abaixo para responder às questões que seguem:

#### TEXTO I

O açúcar

O branco açúcar que adoçará meu café  
nesta manhã de Ipanema  
não foi produzido por mim  
nem surgiu dentro do açucareiro por milagre.

Vejo-o puro

e afável ao paladar

como beijo de moça, água

na pele, flor

que se dissolve na boca. Mas este açúcar  
não foi feito por mim.

Este açúcar veio

da mercearia da esquina e tampouco o fez o Oliveira,  
dono da mercearia.

Este açúcar veio

de uma usina de açúcar em Pernambuco

ou no Estado do Rio

e tampouco o fez o dono da usina.

Este açúcar era cana

e veio dos canaviais extensos

que não nascem por acaso

no regaço do vale.

Em lugares distantes, onde não há hospital  
nem escola,

homens que não sabem ler e morrem de fome  
aos 27 anos

plantaram e colheram a cana

que viraria açúcar.

Em usinas escuras,

homens de vida amarga

e dura

produziram este açúcar

branco e puro

com que adoço meu café esta manhã em Ipanema.

Fonte: "O açúcar" (Ferreira Gullar. Toda poesia. Rio de Janeiro, Civilização Brasileira, 1980, pp.227-228)

#### TEXTO II

#### A cana-de-açúcar

Originária da Ásia, a cana-de-açúcar foi introduzida no Brasil pelos colonizadores portugueses no século XVI. A região que durante séculos foi a grande produtora de cana-de-açúcar no Brasil é a Zona da Mata nordestina, onde os férteis solos de massapé, além da menor distância em relação ao mercado europeu, propiciaram condições favoráveis a esse cultivo. Atualmente, o maior produtor nacional de cana-de-açúcar é São Paulo, seguido de Pernambuco, Alagoas, Rio de Janeiro e Minas Gerais. Além de produzir o açúcar, que em parte é exportado e em parte abastece o mercado interno, a cana serve também para a produção de álcool, importante nos dias atuais como fonte de energia e de bebidas. A imensa expansão dos canaviais no Brasil, especialmente em São Paulo, está ligada ao uso do álcool como combustível.

2-) Para que um texto seja literário:

a) basta somente a correção gramatical; isto é, a expressão verbal segundo as leis lógicas ou naturais.

b) deve prescindir daquilo que não tenha correspondência na realidade palpável e externa.

c) deve fugir do inexacto, daquilo que confunda a capacidade de compreensão do leitor.

d) deve assemelhar-se a uma ação de desnudamento. O escritor revela, ao escrever, o mundo, e, em especial, revela o Homem aos outros homens.

e) deve revelar diretamente as coisas do mundo: sentimentos, ideias, ações.

3-) Ainda com relação ao textos I e II, assinale a opção incorreta

a) No texto I, em lugar de apenas informar sobre o real, ou de produzi-lo, a expressão literária é utilizada principalmente como um meio de refletir e recriar a realidade.

b) No texto II, de expressão não literária, o autor informa o leitor sobre a origem da cana-de-açúcar, os lugares onde é produzida, como teve início seu cultivo no Brasil, etc.

c) O texto I parte de uma palavra do domínio comum – açúcar – e vai ampliando seu potencial significativo, explorando recursos formais para estabelecer um paralelo entre o açúcar – branco, doce, puro – e a vida do trabalhador que o produz – dura, amarga, triste.

d) No texto I, a expressão literária desconstrói hábitos de linguagem, baseando sua recriação no aproveitamento de novas formas de dizer.

e) O texto II não é literário porque, diferentemente do literário, parte de um aspecto da realidade, e não da imaginação.

#### Gabarito

1-) D

2-) D – Esta alternativa está correta, pois ela remete ao caráter reflexivo do autor de um texto literário, ao passo em que ele revela às pessoas o "seu mundo" de maneira peculiar.

## MATEMÁTICA

Números inteiros e racionais: operações (adição, subtração, multiplicação, divisão, potenciação); expressões numéricas;	
Frações e operações com frações .....	01
Múltiplos e divisores, Máximo divisor comum e Mínimo divisor comum .....	07
Números e grandezas proporcionais: Razões e proporções; Divisão em partes proporcionais.....	11
Regra de três .....	15
Sistema métrico decimal.....	19
Equações e inequações .....	23
Funções .....	29
Gráficos e tabelas .....	37
Estatística Descritiva, Amostragem, Teste de Hipóteses e Análise de Regressão .....	43
Geometria .....	48
Matriz, determinantes e sistemas lineares.....	62
Sequências, progressão aritmética e geométrica .....	70
Porcentagem .....	74
Juros simples e compostos.....	77
Taxas de Juros, Desconto, Equivalência de Capitais, Anuidades e Sistemas de Amortização .....	80



**NÚMEROS INTEIROS E RACIONAIS:  
OPERAÇÕES (ADIÇÃO, SUBTRAÇÃO,  
MULTIPLICAÇÃO, DIVISÃO,  
POTENCIAÇÃO); EXPRESSÕES  
NUMÉRICAS; FRAÇÕES E OPERAÇÕES COM  
FRAÇÕES.**

**Números Naturais**

Os números naturais são o modelo matemático necessário para efetuar uma contagem. Começando por zero e acrescentando sempre uma unidade, obtemos o conjunto infinito dos números naturais

$$\mathbb{N} = \{0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, \dots\}$$

- Todo número natural dado tem um sucessor

- O sucessor de 0 é 1.
- O sucessor de 1000 é 1001.
- O sucessor de 19 é 20.

Usamos o \* para indicar o conjunto sem o zero.

$$\mathbb{N}^* = \{1, 2, 3, 4, 5, 6, \dots\}$$

- Todo número natural dado N, exceto o zero, tem um antecessor (número que vem antes do número dado).

Exemplos: Se m é um número natural finito diferente de zero.

- O antecessor do número m é m-1.
- O antecessor de 2 é 1.
- O antecessor de 56 é 55.
- O antecessor de 10 é 9.

**Expressões Numéricas**

Nas expressões numéricas aparecem adições, subtrações, multiplicações e divisões. Todas as operações podem acontecer em uma única expressão. Para resolver as expressões numéricas utilizamos alguns procedimentos:

Se em uma expressão numérica aparecer as quatro operações, devemos resolver a multiplicação ou a divisão primeiramente, na ordem em que elas aparecerem e somente depois a adição e a subtração, também na ordem em que aparecerem e os parênteses são resolvidos primeiro.

Exemplo 1

$$\begin{aligned} 10 + 12 - 6 + 7 \\ 22 - 6 + 7 \\ 16 + 7 \\ 23 \end{aligned}$$

Exemplo 2

$$\begin{aligned} 40 - 9 \times 4 + 23 \\ 40 - 36 + 23 \\ 4 + 23 \\ 27 \end{aligned}$$

Exemplo 3

$$\begin{aligned} 25 - (50 - 30) + 4 \times 5 \\ 25 - 20 + 20 = 25 \end{aligned}$$

**Números Inteiros**

Podemos dizer que este conjunto é composto pelos números naturais, o conjunto dos opostos dos números naturais e o zero. Este conjunto pode ser representado por:

$$\mathbb{Z} = \{\dots, -3, -2, -1, 0, 1, 2, \dots\}$$

Subconjuntos do conjunto  $\mathbb{Z}$ :

1) Conjunto dos números inteiros excluindo o zero

$$\mathbb{Z}^* = \{\dots, -2, -1, 1, 2, \dots\}$$

2) Conjuntos dos números inteiros não negativos

$$\mathbb{Z}_+ = \{0, 1, 2, \dots\}$$

3) Conjunto dos números inteiros não positivos

$$\mathbb{Z}_- = \{\dots, -3, -2, -1\}$$

**Números Racionais**

Chama-se de número racional a todo número que pode ser expresso na forma  $\frac{a}{b}$ , onde a e b são inteiros quaisquer, com  $b \neq 0$

São exemplos de números racionais:

$$\begin{aligned} -12/51 \\ -3 \\ -(-3) \\ -2,333\dots \end{aligned}$$

As dízimas periódicas podem ser representadas por fração, portanto são consideradas números racionais.

Como representar esses números?

**Representação Decimal das Frações**

Temos 2 possíveis casos para transformar frações em decimais

1º) Decimais exatos: quando dividirmos a fração, o número decimal terá um número finito de algarismos após a vírgula.

$$\frac{1}{2} = 0,5$$

$$\frac{1}{4} = 0,25$$

$$\frac{3}{4} = 0,75$$

2º) Terá um número infinito de algarismos após a vírgula, mas lembrando que a dízima deve ser periódica para ser número racional

OBS: período da dízima são os números que se repetem, se não repetir não é dízima periódica e assim números irracionais. que trataremos mais a frente.

$$\frac{1}{3} = 0,333...$$

$$\frac{35}{99} = 0,353535...$$

$$\frac{105}{9} = 11,6666...$$

### Representação Fracionária dos Números Decimais

1º caso) Se for exato, conseguimos sempre transformar com o denominador seguido de zeros.

O número de zeros depende da casa decimal. Para uma casa, um zero (10) para duas casas, dois zeros(100) e assim por diante.

$$0,3 = \frac{3}{10}$$

$$0,03 = \frac{3}{100}$$

$$0,003 = \frac{3}{1000}$$

$$3,3 = \frac{33}{10}$$

2º caso) Se dízima periódica é um número racional, então como podemos transformar em fração?

### Exemplo 1

Transforme a dízima 0,333... em fração

Sempre que precisar transformar, vamos chamar a dízima dada de x, ou seja

$$X=0,333...$$

Se o período da dízima é de um algarismo, multiplicamos por 10.

$$10x=3,333...$$

E então subtraímos:

$$10x-x=3,333...-0,333...$$

$$9x=3$$

$$X=3/9$$

$$X=1/3$$

Agora, vamos fazer um exemplo com 2 algarismos de período.

### Exemplo 2

Seja a dízima 1,1212...

$$\text{Façamos } x = 1,1212...$$

$$100x = 112,1212... .$$

Subtraindo:

$$100x-x=112,1212...-1,1212...$$

$$99x=111$$

$$X=111/99$$

### Números Irracionais

#### Identificação de números irracionais

- Todas as dízimas periódicas são números racionais.
- Todos os números inteiros são racionais.
- Todas as frações ordinárias são números racionais.
- Todas as dízimas não periódicas são números irracionais.
- Todas as raízes inexatas são números irracionais.
- A soma de um número racional com um número irracional é sempre um número irracional.
- A diferença de dois números irracionais, pode ser um número racional.
- O a números irracionais não podem ser expressos na forma  $\frac{a}{b}$ , com a e b inteiros e  $b \neq 0$ .

**Exemplo:**  $\sqrt{5} - \sqrt{5} = 0$  e 0 é um número racional.

- O quociente de dois números irracionais, pode ser um número racional.

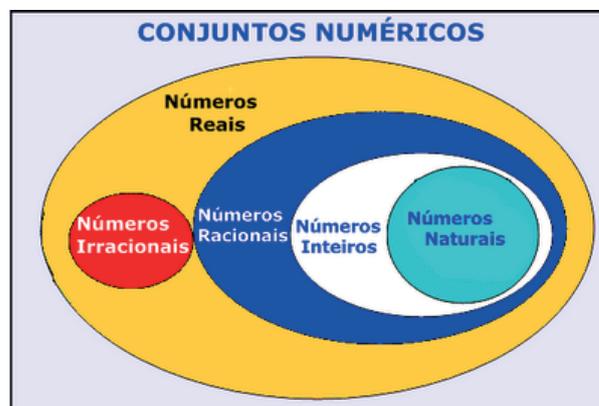
**Exemplo:**  $\sqrt{8} : \sqrt{2} = \sqrt{4} = 2$  e 2 é um número racional.

- O produto de dois números irracionais, pode ser um número racional.

**Exemplo:**  $\sqrt{7} \cdot \sqrt{7} = \sqrt{49} = 7$  é um número racional.

Exemplo: radicais ( $\sqrt{2}, \sqrt{3}$ ) a raiz quadrada de um número natural, se não inteira, é irracional.

### Números Reais



## CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

### Cozinheiro Escolar

Preparar lanches quentes e frios, refeições e sucos conforme recomendação técnica recebida; .....	01
Distribuir as refeições preparadas; .....	02
Higienizar, temperar, assar, refogar e cozinhar alimentos, atendendo às exigências do cardápio; .....	03
Fazer pedidos de suprimento de material necessário à cozinha ou para a preparação dos alimentos; .....	03
Operar os diversos equipamentos de cozinha; .....	07
Zelar pelo estado de conservação, organização e limpeza dos alimentos, da cozinha e da despensa; .....	05
Orientar e distribuir as atividades de preparação de alimentos; .....	05
Controlar o estoque de todos os materiais de consumo, bens duráveis e patrimoniais que estejam na cozinha sob sua Responsabilidade; .....	07
Realizar os serviços de limpeza e faxina em sua unidade de trabalho, varrendo, lavando e higienizando as instalações, as salas, os pátios, os banheiros e os equipamentos; .....	05
Zelar pelo cumprimento das normas fixadas pela segurança do trabalho, bem como pela adequada utilização, guarda e manutenção dos equipamentos de proteção individual (EPIs); .....	18
Executar outras tarefas afins. ....	23



## CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

### Cozinheiro Escolar

#### PREPARAR LANCHES QUENTES E FRIOS, REFEIÇÕES E SUCOS CONFORME RECOMENDAÇÃO TÉCNICA RECEBIDA;

Como em saúde pública a prevenção é o melhor caminho, a Organização Mundial da Saúde (OMS) elaborou um conjunto de regras que devem ser seguidas pelo consumidor ao comprar e preparar seus alimentos. Este conjunto de dicas, chamado de Regras de Ouro da OMS para a preparação de alimentos, é uma referência mundial e é apresentado neste espaço.

#### 1) Evitar os alimentos clandestinos

Os alimentos consumidos crus (como frutas, verduras e legumes) devem ser muito bem lavados. Não compre ovo, frango e leite de origem clandestina.

#### 2) Cozinhar bem os alimentos

Carnes e peixes devem ser cozidos em temperatura superior a 70°C, eliminando muitas contaminações. Os alimentos que estiverem congelados devem ser bem descongelados antes de começar o preparo para cozinhar.

#### 3) Fazer a quantidade certa para evitar sobras

Quando os alimentos cozidos são deixados à temperatura ambiente, os microrganismos começam a se multiplicar. Quanto mais se espera, maior o risco. Para não correr perigos desnecessários, convém comer os alimentos imediatamente.

#### 4) Guardar cuidadosamente as sobras

As sobras de alimentos devem ser guardadas na geladeira, em temperatura igual ou inferior a 10 graus. No caso de alimentos para lactentes, o melhor é não guardá-los.

#### 5) Aquecer bem os alimentos cozidos

Aqueça muito bem os alimentos que foram gelados: mexa e misture para aquecer por igual. Se possível, junte água que permite a fervura e mata os microrganismos.

#### 6) Não misture os alimentos crus e cozidos

Quando se corta um alimento cru, deve-se lavar a faca e a tábua antes de cortar um alimento cozido. Evite tábuas de madeira e colheres de pau. Prefira polietileno e plástico resistente.

#### 7) Lavar as mãos antes de cozinhar

Mantenha as mãos muito limpas antes de começar a cozinhar. Depois de mexer com carne, peixe ou frango, lave as mãos antes de manusear os temperos e farinhas, por exemplo.

#### 8) Manter a cozinha limpa

Como os alimentos se contaminam facilmente, convém manter limpas todas as áreas onde será feito o preparo, incluindo também os utensílios e equipamentos a serem utilizados.

#### 9) Proteger os alimentos dos insetos e animais

Eles transportam microorganismos que causam doenças. Proteja os alimentos, guardando-os em vasilhas bem fechadas.

#### 10) Utilizar sempre água pura

Para beber ou cozinhar, use sempre água pura. Em caso de dúvida quanto à pureza, ferva a água durante 15 minutos.

#### Profissional de cozinha

O primeiro ingrediente para trabalhar numa cozinha industrial é, sem sombra de dúvidas, o talento. Com ele, os olhos brilham e há mais garra para se obter resultados e fazer um bom trabalho. Mas é preciso ir além da vocação: se especializar tanto para ser percebido e aceito no mercado de trabalho quanto para se destacar e crescer na carreira é essencial.

Há alguns caminhos que podem levar uma pessoa a trabalhar na área, mas o melhor deles é o conhecimento. Neste post, vamos falar sobre formação e cursos complementares para **profissionais que querem atuar em cozinhas industriais**. Acompanhe!

#### Formação para atuar em cozinha industrial

Os profissionais que querem atuar de forma profissionalizada, almejando uma carreira de sucesso, devem buscar uma formação na área. Entre as formações mais comuns estão estas duas:

#### Gastronomia

É um curso de graduação, regular, com duração mínima de 3 anos, que dá ao aluno noções bem fundamentadas de gastronomia em geral. Também há cursos técnicos – com durações menores. É preciso verificar a ênfase do curso, que pode ser, por exemplo, cozinha francesa ou tipicamente brasileira, ou então uma mescla de várias correntes culinárias.

#### Nutrição

O nutricionista é o profissional responsável por aliar gastronomia e saúde. É o profissional que está sempre presente nas **cozinhas industriais**, por exigência legislativa, mas também porque seu trabalho é ajudar a balancear sabor e qualidade de vida.

Para estas duas formações, há inúmeras pós-graduações, que podem direcionar melhor a carreira, elevando o profissional a um nível de especialista.

#### Cursos de complementação e profissionalizantes

Para os profissionais que já são formados ou que estão iniciando na carreira e não querem partir logo para uma graduação, existem cursos de complementação. A seguir, veja algumas dicas:

#### Curso de auxiliar de cozinha

Como o próprio nome diz, o auxiliar de cozinha fica à disposição do chef para ajudá-lo no que for necessário. Num curso, este profissional terá noções básicas do funcionamento de uma cozinha industrial e saberá como pode trabalhar para ajudar a mantê-la em funcionamento.

## CONHECIMENTOS ESPECÍFICOS

### Cozinheiro Escolar

Há cursos rápidos, com duração de seis meses em instituições como Senac, por exemplo.

#### Curso de cozinheiro industrial

O cozinheiro industrial é aquele que põe a mão na massa. Há inúmeras variações na grade curricular de um curso de cozinheiro industrial, porém, de modo geral, as instituições que o oferecem ensinam a dimensionar porções, criar cardápios, além de noções básicas de nutrição e gastronomia. A duração varia, mas em média é de seis meses a um ano.

Os cursos técnicos trazem uma **formação** mais rápida, porém a preparação tem ênfase maior no operacional. Já a graduação e as especializações também dão noções de empreendedorismo e gestão de negócios.

Para trabalhar em **cozinha industrial**, é preciso sempre se reciclar, conhecer novas tendências, novas ferramentas, novas receitas. Por isso, se você quer atuar na área, viaje, faça cursos fora, visite colegas de profissão e mantenha-se sempre atualizado.

Fontes: <http://www.saude.sp.gov.br/ses/perfil/cidadao/temas-de-saude/alimentacao/regras-para-a-preparacao-de-alimentos> / <http://indusfrio.com.br/post/83/o-que-e-preciso-para-trabalhar-em-uma-cozinha-industrial>

#### DISTRIBUIR AS REFEIÇÕES PREPARADAS;

1ª As iguarias apresentam-se e servem-se pela esquerda do cliente. Porém, as iguarias que forem dispostas no próprio prato a utilizar diretamente pelo cliente, ou quando o mesmo for preparado em mesa ou carro, serão colocados pela direita do cliente.

2ª As bebidas, incluindo o chá e o café, são servidas pela direita.

3ª Nas mesas encostadas à parede não é fácil o serviço, assim como nas mesas encaixadas entre sofás, porque não permitem os movimentos regulares do empregado. A este cumpre, porém a maneira de incomodar o mínimo possível o cliente, pedindo licença e escusando-se do transtorno causado. Precaver-se contra o perigo do conviva levantar, inesperadamente o braço e provocar a queda e inutilização do prato a servir.

4ª Os pratos limpos introduzem-se ou colocam-se pela direita.

5ª Os pratos sujos retiram-se pela direita e passam-se para a mão esquerda. A passagem da mão direita para a mão esquerda, fazer-se á por detrás do conviva e não na sua frente, para lhe poupar o espetáculo inestético dos restos de comida.

6ª Levantam-se os pratos sujos de uma só mesa de cada vez e colocam-se no aparador, devidamente arrumados. Só depois se inicia o levantamento noutra mesa.

7ª Um prato sujo, que em certos casos é substituído por outro com comida, preparado individualmente, é mudado retirando-o pela direita e introduzindo o que tiver a comida pela esquerda.

8ª Os copos tiram-se da mesa pela direita, á medida que se serve o vinho seguinte, mas-atenção-só depois de este se ter servido. O copo a água, no entanto, continua na mesa até ao fim da refeição.

9ª O prato de salada, que quando for o próprio tem a forma de meia-lua, coloca-se á esquerda, com um garfo de sobremesa. Se no entanto, o lado esquerdo estiver muito atravancado, pode ser colocado á frente ou á esquerda.

10ª A sobremesa é servida depois de a mesa ter sido libertada de todos os utensílios, que não forem necessários, e limpa das migalhas, para o que se utiliza um rolo especial, limpa migalhas ou escova. Ou simplesmente um guardanapo dobrado, deitando as migalhas para um prato e nunca para o chão, ou para cima dos assentos, etc. Se todavia, na sobremesa a servir constar queijo, limpa-se a mesa, mas deixa-se o prato a pão com pão e manteiga para que o conviva possa servir-se destes para o queijo, mesmo no caso como é de regra, se oferecer bolachas de água e sal, como substitutos do pão.

11ª Os talheres para a sobremesa, nos serviços á lista, levam-se e colocam-se na mesa apenas no momento de servir. Se como é muito frequente, tiverem sido colocados quando se põe a mesa, deverão nesta ocasião ser dispostos funcionalmente, isto é, transpondo-os da frente para os lados -garfo á esquerda e colher ou faca á direita, trabalho que deverá ser executado pela direita.

12ª Os pratos de sobremesa só devem ser colocados na mesa, depois de esta ter sido limpa e dispostos os talheres correspondentes. Se, porém, a sobremesa for servida de uma mesa auxiliar ou carro, serão os pratos colocados nestes e ali servidos, só depois se colocando diante do conviva, pela direita.

13ª As tampas das preparações de cozinha feitas no próprio utensílio de serviço só se levantam diante dos convivas, para estes se poderem deliciar com a fragrância do aroma da iguaria.

14ª A arte do cozinheiro e o seu próprio prestígio, merecem o nosso respeito. Não devamos por isso, trinchar ou servir qualquer prato ou peça inteira, sem as ter apresentado primeiramente aos convivas.

15ª Os pratos dos convivas não deverão ser sobrecarregados com comida, quando se adopte o serviço á inglesa direto. Se o cliente nada disser, por estar distraído ou indiferente, sirva-se apenas uma quantidade razoável, embora se repita o serviço mais tarde.

16ª Servir o pão num prato ou cesto próprio, forrado com guardanapo, nunca lhe tocando com os dedos. Use-se um talher ou pinça especial para lhe pegar e colocá-lo na mesa.

17ª A mostarda deve ser oferecida com as carnes vermelhas, especialmente com grelhadas e assadas á inglesa. Apresente-se o prato com as qualidades que se disponha, pela esquerda, colocando uma pequena porção no lado direito do prato do conviva, sem contudo bater com a colher.