

En el camino

Personas colaboradoras:

Asmae Bensarya 1º GB
Juan David Castillo Valencia 1º GB
Hilary Jezabel Cuero Ospina 1º GB
Jeremy Aarón Escuderos Tonato 1º GB
Isis García Crespo 1º GB
Carlos Andrés Giraldo Amor 1º GB
Sergio David Granados Meléndez
1º GB
Antonio Hernández Echeverría 1º GB
Mar Lafuente Cabezón 1º GB
Erik Alexánder Matos Cuevas 1º GB
Yasser Mehdi 1º GB
Soulaïman Messbahi 1º GB
Katerin Sarahi Oliva Morales 1º GB
Nhoa Prosmi Salsedo 1º GB
Ionut Alexandre Tudor 1º GB
Sanobi Ezequiel Yanes 1ºGB

Aritz Ernesto Almario Jaramillo 2º GB
Yassir Bentaouyt Zekri 2º GB
Erik Cardaba Calderón 2º GB
Marco Corral Granado 2º GB
Andrés Eguizábal Galiana 2º GB
Jingou Gou 2º GB
Wendy Yesenia San Martín Pérez 2ºB
Paula Terroba Medrano 2º B
Nicol Valeria Urrea Martínez 2º B

Agradecimiento al profesorado:

Isabel Barrio Lafuente
María Dolores Fraile Sáenz
Óscar Fernández Gutiérrez
Ángela García Fernández
Patricia García Prieto
Sara Gómez Murillo
Sandra María Hernández Abad
María Martínez Sáez
María Medrano Velandia

EN EL CAMINO...

ÍNDICE



04

TIEMPO DE COCINA

06

GREAT BRITISH RECIPES

08

¡DÚRA QUÍMICA!

09

EN PRÁCTICAS

10

VIAJE A LA CONVIVENCIA

12

PROYECTO CEHS

15

PROYECTO ANCLAJE

19

DEPARTAMENTO FOL

21

RINCÓN LITERARIO

23

PASATIEMPOS

TIEMPO DE COCINA

Los alumnos de 1° de FPB, continúan adquiriendo conocimientos de cocina con Isabel, su tutora, aquí os dejamos un par de recetas que han realizado este mes.

Peras al vino blanco

Ingredientes:

- 4 peras
- 500 ml vino blanco
- 1 palo canela en rama
- 200gr azúcar blanco
- 500 ml agua
- Corteza de limón

Elaboración:

- Preparar una cazuela con todos los ingredientes y reservar.
- Pelar las peras con cuidado de no quitar el rabo.
- Lavar las peras y ponerlas en la cazuela que hemos preparado antes con el vino.
- Poner a fuego fuerte hasta que hierva, ahí bajar a fuego medio bajo.
- Cuando estén blandas, pero no excesivamente retirarlas del fuego y dejarlas enfriar
- Luego decora a tu gusto.



Empanada de atún

Ingredientes

Para la masa

- 500 gr harina trigo
- 100-200 gr aceite
- 1 cucharada sal
- 200 ml cerveza (1 quinto)

Para el relleno

- 3 Pimiento verde
- 2 Pimiento rojo
- Salsa de tomate
- 4 Huevos
- 1 Cebolla
- 4 latas de Atún



Elaboración:

- Echar en un bol la harina, el quinto de cerveza, la cuchara de sal y el aceite poco a poco.
- Amasar y hacer bola y dejar reposar de 45 minutos a 1 hora. Dividir en dos partes una más grande para la base.
- Extendemos con unos rodillos en una bandeja de horno con papel de horno.
- Cortamos las verduras en brunoise y las pochamos, primero cebolla, luego añadimos pimiento verde y pimiento rojo.
- Cocemos los huevos, pelamos y picamos.
- Mezclamos en un bol las verduras pochadas, el huevo y el atún y añadimos la salsa de tomate hasta que quede jugoso.
- Estiramos la mezcla sobre la base que hemos colocado al horno y tapamos con la otra parte de la masa estirada. Cerramos los bordes y hacemos unos agujeros en la parte superior.
- Horneamos a 180°C 35 minutos.

GREAT BRITISH RECIPES

Los alumnos de 1° de básica nos han pasado una receta en inglés de un postre típico, la cual han leído y traducido para ampliar su vocabulario y su conocimiento en el idioma.

Sticky toffee puddings made in little moulds with no steaming, no caramel to make, just tasty springy sponge and a treacle toffee sauce. And because everyone gets their own there's no sharing.



Ingredients

- 5 tbsp demerara sugar, for coating the moulds
- 200g/7oz pitted dates
- ½ tsp vanilla extract
- 50g/2oz butter, softened, plus extra for greasing the moulds
- 175g/6oz dark muscovado sugar
- 1½ tsp golden syrup
- 1½ tsp black treacle
- 200g/7oz self-raising flour
- 2 free-range eggs
- 1½ tsp bicarbonate of soda
- For the toffee sauce
- 500ml/18fl oz double cream
- 175g/6oz demerara sugar
- 175g/6oz butter
- 1 tbsp golden syrup
- 1 tbsp black treacle

To serve

Vanilla ice cream

Method

1. Preheat the oven to 190C/375F/Gas 5.
2. Butter eight small pudding basins (dariole moulds) and sprinkle demerara sugar inside, coating evenly. Shake any excess sugar out of the moulds, and place them on a baking tray.
3. Place the dates with 250ml/9fl oz water into a saucepan and bring up to the boil. Reduce the heat and simmer for 2-3 minutes. Remove the pan from the heat.
4. Stir the vanilla extract into the date mixture.
5. Blend with a stick blender until the date mixture is thick and soupy.
6. In a large bowl, beat the butter and muscovado sugar together until smooth.
7. Stir in the syrup and treacle, then the flour, mixing well.
8. Break the eggs one at a time into the bowl, stirring well after each one.
9. Add the bicarbonate of soda to the date mixture, then pour into the flour mixture and beat well to blend.
10. Pour the mixture into the prepared pudding basins, filling them two-thirds full.
11. Put the puddings into the oven immediately, and bake for 20 minutes until well-risen and springy to the touch.
12. For the sauce, gently heat the cream in a saucepan. Add the sugar and butter and whisk until melted. Whisk in the syrup and treacle.
13. To serve, turn the pudding out onto a plate, spoon the sauce over the top and around, then finish with a dollop of ice cream.



¡ PÚRA QUÍMICA !

Los alumnos de 2º de FPB, han realizado este artículo para la revista con su profesora de ámbito, María, aquí os lo dejamos:

MAILLARD: LA REACCIÓN QUÍMICA QUE HACE QUE TODO SEPA A GLORIA

¿ALGUNA VEZ OS HABEIS PREGUNTADO POR QUÉ LA CARNE DORADA HUELE TAN BIEN, O POR QUÉ EL PAN TOSTADO TIENE ESE COLOR QUE LLAMA LA ATENCIÓN DESDE LEJOS?

No es magia, es química. En concreto, es una reacción llamada *reacción de Maillard*, muy utilizada y apreciada en el mundo de la cocina profesional.

¿EN QUÉ CONSISTE ESTA REACCIÓN?

Cuando se calienta a temperaturas altas un alimento rico en proteínas como la carne o el huevo, y que además contiene azúcares naturales, las proteínas y los azúcares reaccionan entre sí cambiando su forma química y creando nuevos compuestos que no existían antes.

Estas nuevas moléculas son las responsables de:

- ✓ Colores dorados y tostados.
- ✓ Aromas profundos, complejos y atractivos.
- ✓ Sabores más intensos y redondeados.
- ✓ Texturas más firmes y apetecibles.

Para que esta reacción se produzca la temperatura debe estar entre 140 ° C y 160° C y el alimento debe estar relativamente seco en la superficie, ya que el exceso de agua impide que la temperatura suba lo suficiente para que la reacción ocurra.



¿DONDE APARECE ESTA REACCIÓN EN NUESTRA COCINA?

Realmente es mucho más común de lo que podemos imaginar, ya que es la responsable del dorado y de la corteza crujiente del pan, del sellado y color de una carne bien marcada, del potente sabor a café tostado, de ese irresistible aroma de unas galletas horneándose, de la piel crujiente del pollo asado, y de muchos otros procesos. De hecho, si algo huele a "rico" y está dorado, probablemente sea Maillard trabajando.

Pero **¡CUIDADO!** Como todo en cocina, también tiene sus riesgos. Si la reacción se pasa de temperatura y el alimento comienza a quemarse, pueden formarse compuestos perjudiciales para la salud. Por eso es esencial controlar muy bien los tiempos, y evitar zonas muy oscuras o negras. La clave es encontrar el equilibrio perfecto entre sabor, aroma y color, para demostrar que somos grandes cocineros.



EN PRÁCTICAS



En prácticas, pero ya parte del equipo

Hace ya casi dos semanas llegó Lorena para empezar sus prácticas con nosotros y, aunque el tiempo ha sido corto, la sensación es que lleva aquí mucho más. Desde el primer momento se ha integrado en el equipo con una actitud muy positiva, siempre dispuesta a aprender, a ayudar y a formar parte de los servicios del día a día. Poco a poco se ha ido ganando el cariño de todos, no solo por su trabajo, sino también por su forma de ser y su trato cercano.

Durante estas semanas ha estado apoyándonos en distintas tareas, observando, preguntando y aprendiendo, pero también aportando su granito de arena allí donde hacía falta. Esa implicación ha hecho que la convivencia sea fácil y que el ambiente de trabajo sea aún mejor.

Uno de los momentos más especiales fue cuando tuvo que grabar un vídeo para su máster. En la grabación tenía que simular que daba una clase, lo que le generaba bastantes nervios. Para ayudarla, el equipo decidió acompañarla durante el proceso: guardamos silencio, participamos cuando ella nos hacía preguntas y estuvimos atentos para que se sintiera cómoda y segura. Fue una experiencia sencilla, pero muy significativa, ya que reflejó el compañerismo y el apoyo que existe entre nosotros.

Este tipo de situaciones demuestran que las prácticas no solo sirven para aprender un oficio, sino también para crear vínculos, compartir experiencias y crecer juntos. Lorena no es solo una persona en prácticas, es una compañera más que ya forma parte del equipo, y esperamos que su paso por aquí sea una etapa de aprendizaje tan positiva para ella como lo está siendo para nosotros.

VIAJE A LA CONVIVENCIA

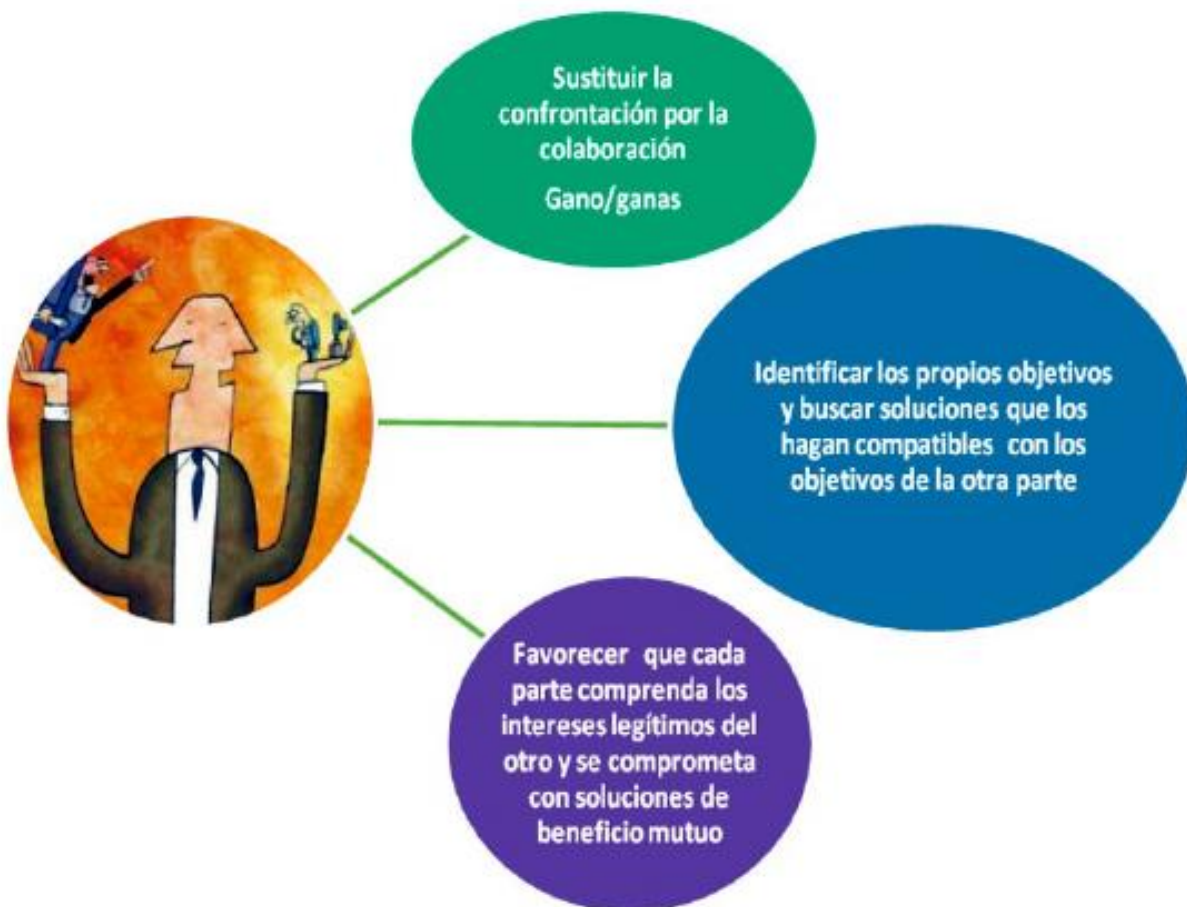


Este mes vamos a tratar otro aspecto dentro de la convivencia, que hacer o cómo actuar cuando surge el conflicto y no ha sido posible evitarlo por otros medios. Hablamos de la **mediación escolar**, que consiste en la intervención de un tercero neutral cuando existe una disputa entre dos partes.

La intervención radica en tres aspectos fundamentales:

- ❖ El tercero carece de poder de decisión, recae en las partes enfrentadas.
- ❖ Debe tratarse de un tercero cualificado.
- ❖ Debe ser imparcial y neutral.

Aquí entra la figura del mediador.



CONVIVENCIA

En el ámbito educativo los objetivos de la mediación van dirigidos a:

- ❖ Gestionar el conflicto de forma positiva y creativa.
- ❖ Fomentar un clima de dialogo, tolerancia y cooperación en el seno de la comunidad escolar.
- ❖ Prevenir la cronificación de los problemas y la aparición de la violencia.
- ❖ Convertirse en una alternativa a la aplicación del procedimiento disciplinario, en los casos que así lo decida cada centro escolar.

Es por ello, que la mediación escolar es esencial cuando surge algún tipo de conflicto entre equipo de docentes-profesores-alumnado. Para acabar os dejamos un gráfico con las etapas recomendadas para llevar a cabo este tipo de actuaciones en un centro educativo.



PROYECTO CEHS

Seguimos trabajando desde el centro en el proyecto CEHS, en esta ocasión vamos a pasar a la “acción”, una vez realizado el análisis de los resultados del diagnóstico, que se realizó en forma de encuesta, para profesorado y alumnado, en grupo consensuarán una acción para resolver o atacar una de las problemáticas/necesidades detectadas.

Deberán de plasmar esa información en una plantilla expresa para ello, reflejará que tipo de acción se va a llevar a cabo, los materiales que se necesitan, recursos, presupuesto y forma de financiación.

Os dejamos una fotografía de esta actividad con una alumna participante.





28 ENERO DÍA MUNDIAL POR LA REDUCCIÓN DE LAS EMISIONES DE CO2

El 28 de enero, se celebra el Día Mundial por la Reducción de las Emisiones de CO2 con la idea de crear mayor conciencia entre todos los ciudadanos del grave peligro que representa el cambio climático para el medio ambiente y todos los seres humanos.

¿Qué se entiende por calentamiento terrestre?

El calentamiento global o terrestre, es un aumento de la temperatura de manera exacerbada sobre toda la superficie de la Tierra que se producido a través de los años y que ha traído como consecuencia cambios climáticos, que en la mayoría de los casos ocurren por las distintas actividades humanas y que siguen afectando al medio ambiente.

¿Cuáles son las principales causas del calentamiento global?

Son muchas las causas que han generado que el calentamiento global siga en aumento, a pesar de las medidas que se han venido tomando en los últimos años, pero que, al parecer, no han sido suficientes. Aquí te enumeramos algunas de ellas:

- ❖ La actividad solar y las erupciones volcánicas, que cada día se incrementan en todo el mundo.
- ❖ La constante deforestación de los bosques y selvas, que han generado la pérdida de una gran variedad de flora y fauna vitales para el equilibrio medio ambiental.
- ❖ La quema de los combustibles fósiles.
- ❖ El uso excesivo de los fertilizantes.
- ❖ La continua producción de residuos que provocan graves daños al medio ambiente.

Sí queremos que esto se transforme en una salida favorable, entonces urge la aplicación y el desarrollo de políticas estratégicas que impulsen la reducción de emisiones de gases causantes del llamado efecto invernadero.

Para ello, se requiere el uso de combustibles menos contaminantes, cambiar el derroche de los recursos naturales que se implementan cada día para el consumo humano e implementar el desarrollo de fuentes de energía renovables y así lograr un mundo más sostenible.



El **ODS 13 acción por el clima**, no es solo una declaración de intenciones; es una llamada a la acción con metas claras y cruciales

- Fortalecer la resiliencia y la capacidad de adaptación a los riesgos climáticos y desastres naturales en todo el mundo.
- Integrar medidas específicas al cambio climático en las políticas, estrategias y planes nacionales.
- Mejorar la educación, la sensibilización y la capacidad humana e institucional para la mitigación y la adaptación al cambio climático, así como para la reducción de sus efectos y la alerta temprana.
- Poner en marcha el Fondo Verde para el Clima, siendo los países desarrollados quienes lo capaciten de recursos económicos.
- Impulsar mecanismos que fortalezcan la capacidad de planificación y gestión eficaz frente al cambio climático en los países menos desarrollados y pequeños Estados insulares en desarrollo, con especial atención a mujeres, jóvenes y comunidades locales y marginadas.

Consumes, ¡luego impactas!
Cuánto más naturales sean los alimentos que consumes y más cerca se hayan producido, menos emisiones provocarás.

Verde que te quiero verde
Cuida y conserva nuestros bosques y océanos ya que retienen el CO₂, haciendo que parte del mismo no llegue a la atmósfera.

¡Piernas para qué os quiero!
Para distancias cortas, andar es la opción más saludable y sostenible. Si va más lejos, utiliza la bici o el transporte público.

Adquiere un nuevo "mantra":
reducir, reutilizar y reciclar. Practica el consumo responsable.

Di sí a la eficiencia energética
Mantén la calefacción a 21°C en invierno, no bajes el aire acondicionado de 26°C en verano, elige electrodomésticos con etiqueta energética A y busca energías renovables.

OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE

7 ENERGÍA LIMPIA Y ACCESIBLE	11 CIUDADES Y COMUNIDADES SOSTENIBLES	13 ACCIÓN POR EL CLIMA
-------------------------------------	--	-------------------------------

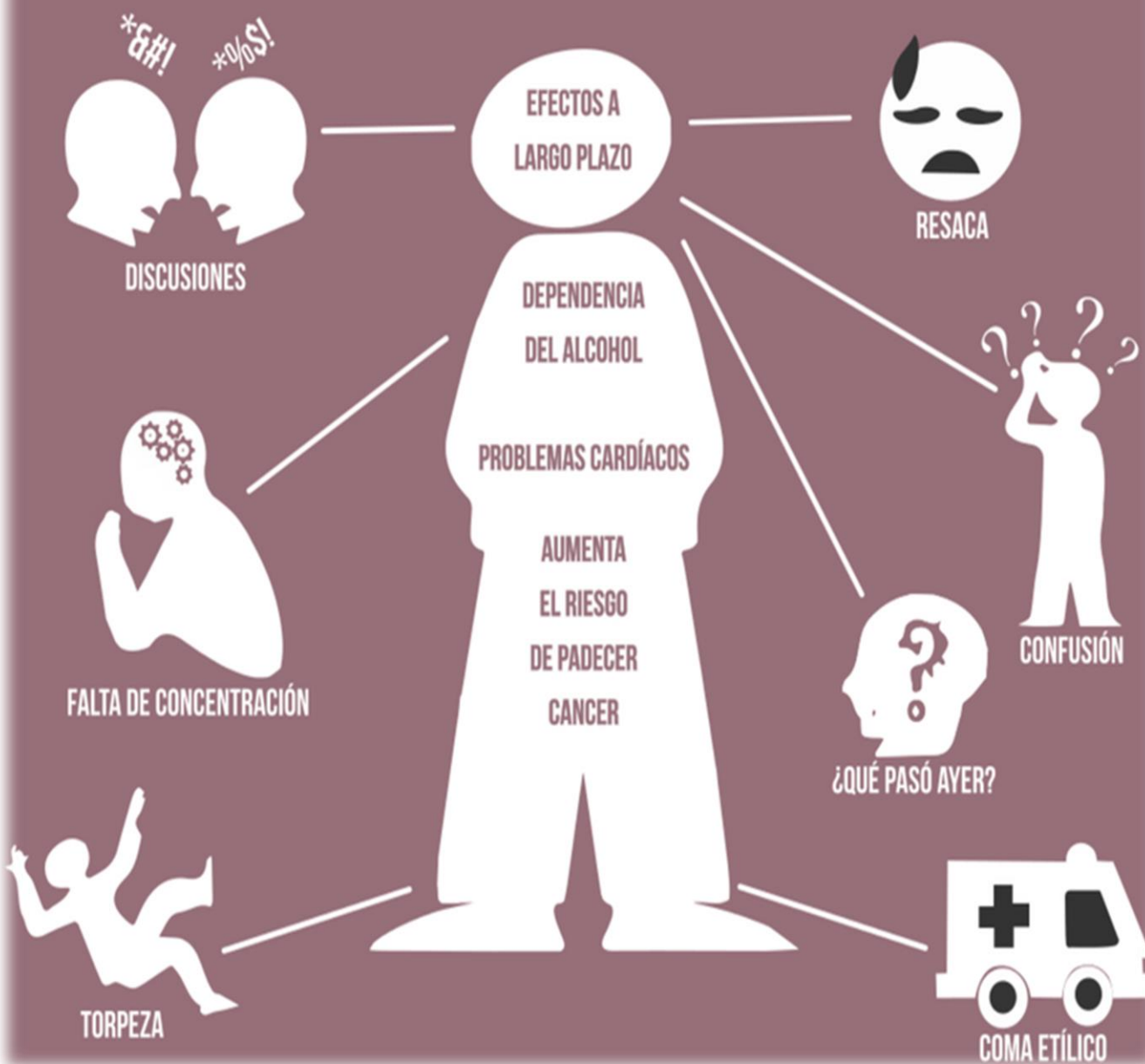
PROYECTO ANCLAJE

Seguimos con las actividades que están impartiendo desde “proyecto hombre La Rioja” en el centro, en esta ocasión han estado centradas en el consumo de alcohol por parte de los jóvenes. Hablarán sobre los mitos y las realidades sobre su consumo, información básica sobre el alcohol y sus efectos según las dosis. También comentarán las “resacas” y los peligros que conllevan los botellones y el “binge drinking”, que consiste en beber alcohol lo más rápidamente posible para conseguir cuanto antes sus efectos buscados.

También hablarán de las consecuencias de su consumo: agresiones sexuales en grupo, accidentes de tráfico y la suisión química.



CONSECUENCIAS DEL ALCOHOL



CHARLAS SALUD

Por parte de la consejería de salud y políticas sociales, se lleva a cabo en los centros educativos de La Rioja, un programa de educación para la salud, para el alumnado desde la etapa de primaria hasta bachillerato.

La finalidad del mismo es capacitar al alumnado para que adopten conductas que favorezcan su salud, adquiriendo competencias y contenidos relacionados con:

- ❖ Alimentación y actividad física.
- ❖ Desarrollo personal y social.
- ❖ Educación afectivo-sexual.
- ❖ Prevención en el consumo de drogas.

Las dos primeras sesiones con nuestro alumnado de 1º FPB, estuvieron centradas en la “educación para la salud afectivo social”, cuya finalidad es:

- ❖ Retrasar la edad de inicio de las relaciones sexuales.
- ❖ Desarrollar competencias y habilidades para afrontar saludablemente las relaciones afectivo sociales.
- ❖ Reducir los embarazos no deseados y las enfermedades de transmisión sexual.

Mediante exposiciones y reflexiones, proyección de un video, lluvias de ideas, trabajos grupales y conclusiones de lo hablado, las ponentes del curso trabajaran estos temas con nuestros alumnos.



¿Qué son las Infecciones de Transmisión Sexual?



Son infecciones que se transmiten por relaciones sexuales sin protección y existen más de 20

Las más comunes son:



Sífilis



Chlamydia



Virus del papiloma humano (VPH)



Herpes



Hepatitis B y C



VIH



Gonococia

¿Cómo reconocer si padezco una?

1

Líquido amarillo - verdoso en el pene

2

Flujo vaginal de color y olor extraño

3

Sangrado no correspondiente al periodo

4

Úlceras o Verrugas en los genitales

5

Inflamación del pene

6

Escozor o irritación en genitales

7

Dolor al orinar

8

Dolor parte baja del vientre

9

Dolor durante relaciones sexuales

¿Cómo puedo evitarlas?



Uso correcto del preservativo



Cómpralo en farmacias o lugares de garantía



Comprueba la fecha de caducidad y que sean homologados



Guárdalos en lugares frescos y secos



Usa lubricantes basados en agua



Vacúnate (consulta tus opciones)

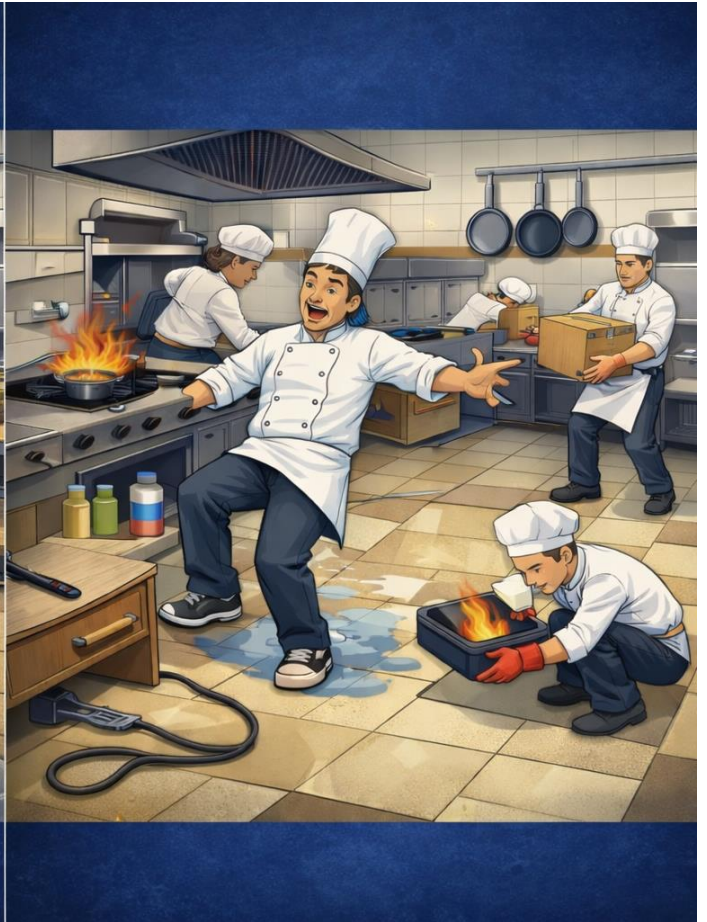
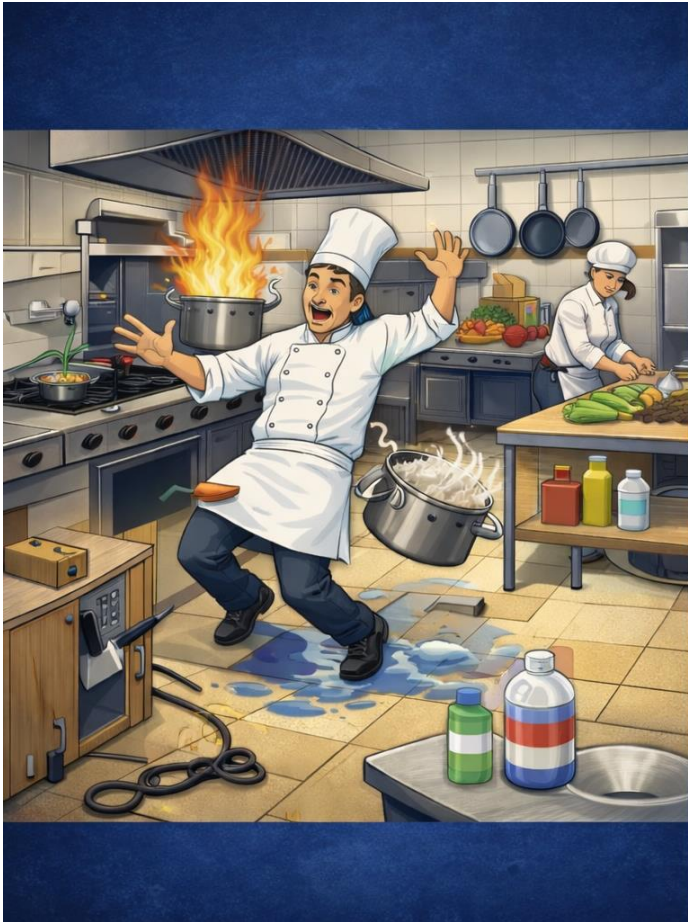
En el módulo de Itinerario Personal para la Empleabilidad que se imparte en el ciclo de Grado Básico de Cocina y Restauración se apuesta por metodologías activas que ayuden al alumnado a aprender haciendo y observando. Por eso, este mes incluimos en esta publicación una actividad visual de “Encuentra las 8 diferencias”, ambientada en situaciones reales de cocina y servicio de restauración.

A través de estas imágenes, el alumnado desarrolla la atención al detalle, identifica riesgos laborales, reconoce buenas y malas prácticas profesionales y reflexiona sobre la importancia de la seguridad, la organización y la actitud en el entorno de trabajo.

Esta propuesta convierte la prevención de riesgos y la calidad en el servicio en un reto dinámico y accesible, acercando al alumnado a la realidad del sector hostelero y fomentando competencias clave para su futura empleabilidad.

¿Te animas a encontrar las 8 diferencias?





Lanzas y escudos

En un reino perdido y olvidado en el globo terráqueo cuando todavía no había mapamundis en los albores de la Historia vivió un hombre que vendía lanzas y escudos:

"Mis escudos son tan sólidos", se jactaba, " que nada puede traspasarlos. Mis lanzas son tan agudas que nada hay que no puedan penetrar".

" ¿Qué pasa si una de sus lanzas choca con uno de sus escudos?", le preguntó alguien.

El hombre no replicó.

Fin

Moraleja:

Esta historia es deliciosa y de ella propongo esta interpretación: son irritables e inaguantables los hombres y mujeres que están muy seguros de sí mismos, de sus ideas y de sus actitudes. Hay gente que no tiene ideas, tiene certezas por no decir dogmas. Y es un tormento tratarlos. Hay que esperar a que una de sus lanzas choque contra uno de sus escudos. A ver qué pasa.

Desiderátum: ojalá que cada ser humano aprenda a presentar y exponer sus argumentos con moderación y humildad...y ojalá también para que se recupere el género literario de la fábula por su relevancia para el re-encantamiento del mundo.

Anexo:

- **Albor:** nombre masculino. Comienzo o principio de algo. Usado más en plural con el mismo significado que en singular. (Del diccionario de la Real Academia Española de la Lengua).
- **Dogma:** proposición tenida por cierta y como principio innegable. (Del diccionario de la Real Academia Española de la Lengua).
- **Moderación:** nombre femenino. Cordura, sensatez, templanza en las palabras o acciones. (Del diccionario de la Real Academia Española de la Lengua).



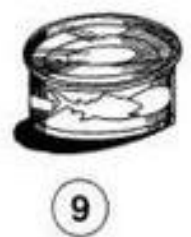
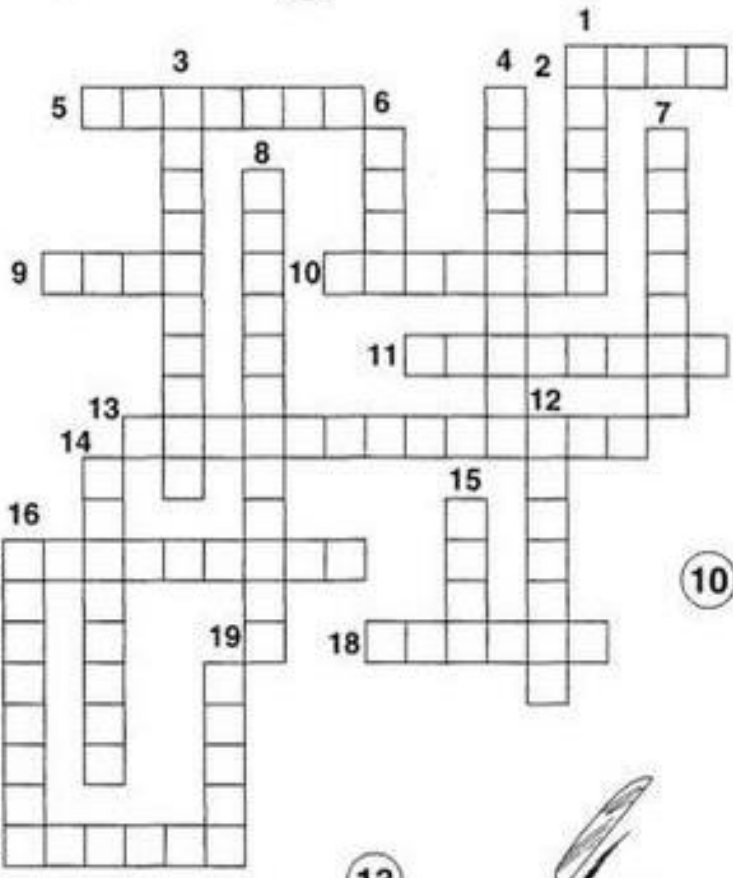
Características principales:

- La fábula pertenece al género literario de la narración didáctica, también conocido como género didáctico-alegórico. Se caracteriza por ser un relato breve, en prosa o verso, con una intención moralizante y una enseñanza explícita al final (la moraleja).
- Narrativa breve: Son historias cortas y sencillas.
- Personajes humanizados: Los protagonistas suelen ser animales, objetos inanimados o seres mitológicos que hablan y actúan como humanos.
- Intención didáctica: Tienen como objetivo transmitir una enseñanza moral, ética o práctica.
- Moraleja: Al final del relato, se presenta una lección explícita, la moraleja, que resume la enseñanza de la historia.
- Temas: Suelen abordar vicios (como la mentira o la avaricia) y virtudes (como la generosidad o la perseverancia).

(Fuente de internet)



PASATIEMPOS



SOPA DE LETRAS

A	S	G	E	U	R	N	A	T	N	O	Q	N	T	R	V	G	I	M	D
X	V	P	S	O	R	H	A	B	I	C	H	U	E	L	A	L	K	U	O
F	Y	E	W	T	O	R	T	I	L	L	A	S	G	K	R	L	O	P	X
W	R	P	N	G	S	Y	A	T	O	M	A	T	E	A	R	B	R	C	G
I	N	Q	V	A	B	L	R	Z	C	O	N	U	S	H	O	O	F	H	R
F	Y	L	E	G	U	M	I	N	O	S	A	S	T	L	Z	D	J	I	U
K	E	U	G	S	B	A	J	F	R	E	S	A	G	N	B	A	E	C	N
W	J	X	E	V	T	N	C	T	B	A	F	J	N	Ñ	V	C	Q	H	J
F	R	U	T	A	S	G	M	I	U	F	R	I	J	O	L	S	M	A	T
O	C	G	A	O	P	O	L	L	O	D	B	O	A	W	D	E	P	R	E
F	K	A	L	M	V	R	O	L	E	N	T	E	J	A	S	P	O	O	G
P	Q	R	E	A	X	E	N	E	P	Q	C	E	R	E	A	L	E	S	B
C	G	B	S	I	G	X	U	C	E	B	O	L	L	A	N	A	L	R	G
B	L	A	P	Z	A	N	A	H	O	R	I	A	E	P	D	T	W	D	A
V	K	N	S	Ñ	V	P	O	U	C	H	C	A	N	O	I	A	T	K	L
H	P	Z	W	N	Y	R	S	G	I	H	G	P	V	C	A	N	E	W	S
T	W	O	R	I	G	E	N	A	N	I	M	A	L	R	E	O	S	N	M
I	Ñ	W	U	C	A	M	E	N	U	D	L	N	S	V	J	R	S	X	E
S	A	E	P	X	M	A	N	Z	A	N	A	S	I	R	O	X	D	Y	P
W	W	N	D	Q	J	G	H	O	X	M	E	R	L	X	R	L	P	O	Z

- | | | | | |
|------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------|--|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Vegetales | <input type="checkbox"/> Frutas | <input type="checkbox"/> Leguminosas | <input type="checkbox"/> Origen animal | <input type="checkbox"/> Cereales |
| <input type="checkbox"/> Lechuga | <input type="checkbox"/> Mango | <input type="checkbox"/> Frijol | <input type="checkbox"/> Pollo | <input type="checkbox"/> Tortilla |
| <input type="checkbox"/> Brócoli | <input type="checkbox"/> Sandía | <input type="checkbox"/> Lenteja | <input type="checkbox"/> Pescado | <input type="checkbox"/> Arroz |
| <input type="checkbox"/> Tomate | <input type="checkbox"/> Plátano | <input type="checkbox"/> Garbanzo | <input type="checkbox"/> Res | <input type="checkbox"/> Pan |
| <input type="checkbox"/> Cebolla | <input type="checkbox"/> Fresa | <input type="checkbox"/> Chicharo | <input type="checkbox"/> Cerdo | <input type="checkbox"/> Maíz |
| <input type="checkbox"/> Zanahoria | <input type="checkbox"/> Manzana | <input type="checkbox"/> Habichuela | <input type="checkbox"/> Huevo | <input type="checkbox"/> Avena |



Calle Mayor, 58
26250 - Santo Domingo de la Calzada
La Rioja



+34 941 34 29 20



cipfp.csantiago@larioja.edu.es



@cipfp_rioja



Escuela Hostelería



@EscHostRioja