



Politécnico
Internacional
Toda una experiencia

CURSO
**COCINA
SALUDABLE**

SEDE: NORTE

MODALIDAD: PRESENCIAL BOGOTÁ

HORARIO: MARTES, MIÉRCOLES Y
JUEVES DE 2:00 P.M. A 5.00 P.M.

DOCENTE



OBJETIVO

Aprende a preparar platos deliciosos con alimentos naturales y descubre cómo elaborar opciones rápidas y variadas.



CONTENIDO



1. DESAYUNOS Y PANADERÍA SALUDABLE

- Parfait
- Muffin de banana
- Pan integral
- Chocolate de canela
- Huevos pochados

CONTENIDO

2. ENSALADAS

- Ensalada cesar
- Ensalada de quinua y proteína vegetal
- Ensalada waldor

3. PESCADOS Y MARISCOS

- wraps de camarón
- Arroz integral con coco
- Ceviche mixto peruano



4. PROTEÍNA VEGETAL

- hamburguesa de medio oriente
- falafel
- Hummus

5. CANAPES

- Tostada de Salmón
- Antipasto
- Tostada integral y huevos a la diablo

6. POSTRES SALUDABLE

- Torto de zanahoria y creme brulée de café

7. PROTEÍNA ANIMAL

- Pechuga a lo florentina
- Cous cous con pollo al curry



POR QUÉ ESTUDIAR CON NOSOTROS



CERTIFICACIÓN E INSIGNIAS VIRTUALES

Insignias digitales que puedes compartir
en redes para mostrar lo que aprendiste.

MÉTODOS DE PAGO



CONTADO



TARJETA
DÉBITO Y
CRÉDITO



FINANCIACIÓN
CON ENTIDADES
BANCARIAS



CESANTÍAS

¡GRACIAS POR SU ATENCIÓN!



Comunícate con nosotros

313 831 0818

www.politecnicointernacional.edu.co