

MAGIC

MADRID GASTRONOMIC
INTERNATIONAL
CENTER

Microcredencial Universitaria
DISEÑO DE MENÚS SIN LACTOSA EN
RESTAURACIÓN
2026-27



MAGIC

MADRID GASTRONOMIC
INTERNATIONAL
CENTER

Contenido

Presentación 4

Objetivos 6

Resultados de Aprendizaje 7

Destinatarios

Dirigido a **8**

Criterios de selección **8**

Metodología y Evaluación

Metodología **9-10**

Evaluación **11**

Plan de estudios 11

Dirección Académica y Profesorado

Dirección Académica **12**

Profesorado **12**

Duración y desarrollo 14

Reserva de plaza y matrícula 15

Contacto 17

Presentación

Conoce la importancia de hacer una buena sustitución de la lactosa en tu menú. Amplía tu repertorio sin renunciar a la calidad y apréndelo todo sobre la manipulación de esta sustancia para evitar los riesgos derivados de una intolerancia que, cada día, afecta a más personas.

La leche y sus derivados figuran en la lista de los 14 alérgenos de la UE que todo profesional del mundo de la gastronomía debe tener presente.

Este factor no debe confundirse con la intolerancia a la lactosa, azúcar presente en la leche y sus derivados, que se da en personas con total o bajo nivel de producción de la enzima lactasa.

El protocolo que debe existir en un negocio de hostelería sobre la manipulación de esta sustancia, evitar contaminaciones cruzadas, así como su sustitución en el repertorio para permitir que los clientes que presenten una intolerancia puedan disfrutar de un menú completo sin riesgos, no solo debe verse reflejado en el APPCC de la empresa sino que, deben estar en conocimiento del personal del negocio para poder ponerse en práctica en todo momento.

Es necesario así mismo en el área de repostería donde, por su base científica y alta especificidad, el control de las materias primas a utilizar es clave. Se hace especialmente importante conocer qué alimentos pueden sustituir a aquéllos que contienen lactosa y en qué proporciones exactas.

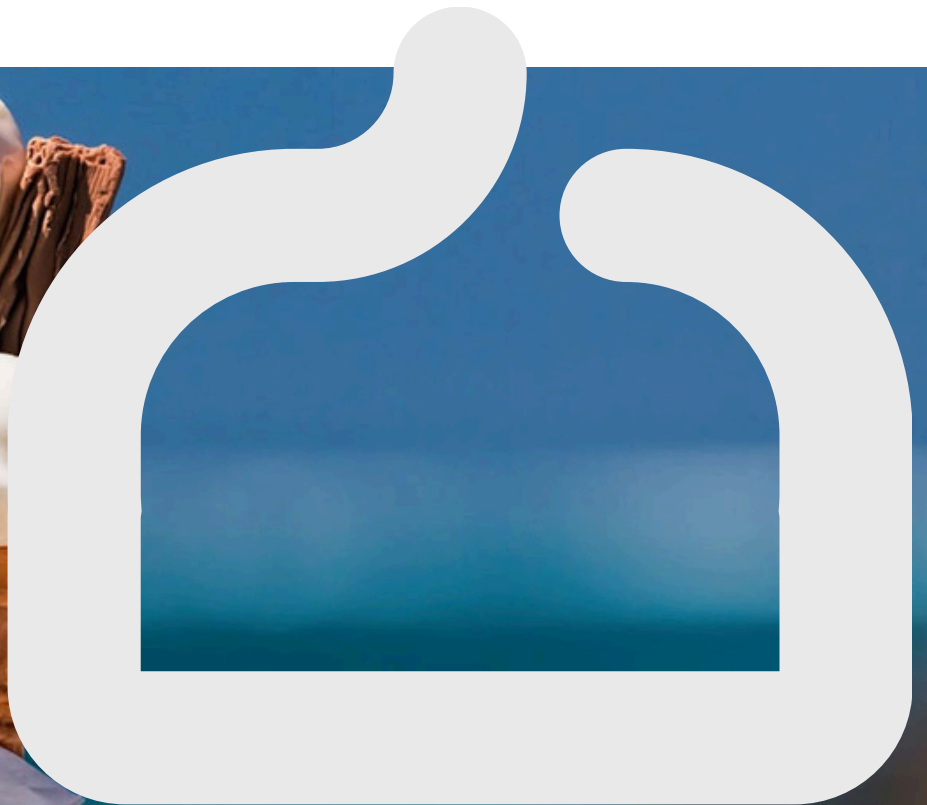
Como **Microcredencial Universitaria**, la titulación tiene validez y reconocimiento en el ámbito de la Unión Europea.

Curso online de **20 horas de duración**.



Objetivos

- ✓ El alumno deberá conocer todo lo relacionado con la intolerancia a la lactosa, y estará capacitado para diseñar un menú apto para las personas que sufran esta intolerancia, empleando los ingredientes adecuados.
- ✓ Estará capacitado para identificar los platos que contengan esta sustancia y señalarlo debidamente en la carta.
- ✓ Conocerá la normativa europea y española relacionada con el tratamiento de alérgenos y contaminaciones cruzadas para poder adaptar el APPCC de su empresa a la manipulación de la lactosa y derivados.



Resultados de aprendizaje

Conocimientos o contenidos (CO), competencias (C) y habilidades o destrezas (H), atendiendo a la clasificación ESCO para las Microcredenciales

✓ C1: Alergias.

✓ H1: Aplicar análisis de peligros y puntos de control críticos.

✓ H2: Planificar menús.

✓ H3: Planificar menús de pacientes.




✓ H4: Aplicar procedimientos de gestión de riesgos.

✓ H5: Observar la legislación relevante sobre salud, seguridad, higiene y otros relativa a las comidas.



Destinatarios

Requisitos de acceso

-  **Este curso está destinado a:**
-  Profesionales del mundo de la gastronomía y empresarios de la hostelería que deseen ampliar sus conocimientos o los de su plantilla en esta materia.
 -  Alumnos de cocina, repostería, gastronomía o alimentación.

No es necesaria titulación universitaria.

Criterios de selección

En el caso de que el número de solicitudes supere el de plazas ofertadas se realizará una selección en función de los siguientes criterios:

40% Currículum Vitae. Experiencia en gastronomía o industria alimentaria.

40% Titulación relacionada con cocina, repostería, gastronomía o alimentación.

20% Estar cursando estudios de cocina, repostería, gastronomía o alimentación.

No es necesaria titulación universitaria previa.

Nº DE PLAZAS: 25 (Mínimo 17)

Plazas reservadas para víctimas de terrorismo, violencia de género y personas con discapacidad: 2



Metodología y Evaluación

Metodología

Mediante las actividades formativas online y el trabajo autónomo, el alumnado podrá llegar a alcanzar la idónea capacidad que se requiere para la comprensión del contenido de la titulación y de las habilidades-competencias que le corresponden.

Actividades presenciales o síncronas

✓ Clases magistrales

Formación continuada y clases magistrales impartidas por profesionales de reconocido prestigio.

El profesorado expondrá los temas del programa, de los cuales podrá facilitar apuntes o bibliografía con antelación.

El alumnado se responsabilizará de tomar apuntes para elaborar unos temas completos que le sirvan a la hora de realizar los trabajos que exige esta titulación para ser superada.

La lección magistral tiene por finalidad despertar la inquietud intelectual del estudiantado y ayudar a la reflexión (análisis y síntesis) y al trabajo intelectual sobre los temas del programa.

El profesorado resolverá las dudas surgidas del estudio y exposición de cada tema.

En el aula se exponen conocimientos, pero también se debaten y confrontan convicciones intelectuales, se inauguran algunas vías de conocimiento y se refutan otras. Sólo así el aula cobra su máximo sentido y se convierte en un lugar creativo, formador y enriquecedor.

✓ **Puesta en común y discusión de actividades**

El alumnado expondrá cada uno de los trabajos de menús sin lactosa y mantendrá un ejercicio de discusión, donde afianzar los contenidos del programa formativo.

✓ **Resolución de casos y cuestionario**

El profesorado presentará casos reales y, mediante la práctica, el alumnado sabrá cómo adaptar recetas y menús para sustituir los alimentos con lactosa por alimentos que no la contienen.


Actividades autónomas (trabajo autónomo del estudiante)

- ✓ Estudio individual de los contenidos de la titulación (puesta en relación de los contenidos explicados en las clases magistrales, lecturas y el propio trabajo de investigación personal en base a la bibliografía).

Actividades/Ejercicios concretos para trabajo autónomo del alumnado – el profesorado indicará al alumnado diferentes ejercicios a llevar a cabo autónomamente, con el objetivo de afianzar contenidos vistos en clase. (Casos de distintas situaciones y protocolos de actuación (menús y puntos críticos de control).

Al final del curso el alumno tendrá que elaborar un menú sin lactosa.

Acciones de orientación y apoyo tutorial

-  Todo el alumnado obligatoriamente habrá de darse de alta en el aula virtual de la asignatura, durante la primera semana de clase. Allí encontrarán recursos pedagógicos para la preparación y estudio de la asignatura, así como todas las comunicaciones e informaciones que el profesorado juzgue oportunas y necesarias dar, destinadas al conjunto de la clase.

Evaluación

La asistencia a las clases es obligatoria, siendo el mínimo exigido el 80%.
El alumnado asistirá a las diferentes sesiones y participará activamente en ellas.

✓ **60% Evaluación continua**

Asistencia, participación en clase, trabajo diario de clase. Con esta parte no superada, además de la presentación de proyecto individual, el alumno deberá realizar un examen teórico final.

✓ **40% Proyecto individual**

Prueba escrita.

Plan de estudios

Alérgenos y contaminaciones cruzadas. 5h

TEMA 1: Tipos de reacciones adversas alimentarias y sintomatología. Intolerancia a la lactosa. Protocolos de actuación.

TEMA 2: Alérgenos alimentarios. Los 14 alérgenos de la UE.

TEMA 3: Contaminaciones cruzadas. Concepto.

APPCC y normativa europea. 5h

TEMA 4: Conceptos de seguridad e higiene alimentaria.

TEMA 5: Análisis de peligros y puntos de control críticos (APPCC). Fases o principios del sistema APPCC. Requisitos del sistema APPCC.

TEMA 6: Evaluación, gestión y comunicación de riesgos.

Creación de menús sin lactosa. 10h

TEMA 7: Ingredientes que contienen lactosa y posibles sustitutos un menú.

TEMA 8: Ingredientes sin lactosa para repostería, postres y pastelería.

Dirección Académica y Profesorado

Dirección Académica

Drª. Mª del Rocío Girón Moreno. Profesora Contratada Doctora.

- ✓ Doctora en Farmacia.
- ✓ Profesora de asignaturas del Área de Nutrición y Bromatología en la URJC.

Profesorado

✓ **Dr. Antonio González Ruiz. Profesor ayudante doctor.**

Doctor en Cc. De la Salud. Profesor de asignaturas del Área de Farmacología, Nutrición y Bromatología en la URJC. Investigador en el campo de la farmacología del sistema cardiovascular. Miembro de la Unidad Asociada I+D+i al Instituto de Química Médica del CSIC y de la Unidad Asociada I+D+i. al instituto de Investigación en Alimentos (CIAL) del CSIC en la URJC. Actividades de divulgación científica.

Blanca Mayandía Briones.

Cocinera y gastronomía.

Coordinadora de MaGIC.

Técnico Superior en Cocina y Dirección de Cocinas.

Directora de titulaciones de posgrado de Gastronomía UCH-CEU.

- ✓ Experiencia docente en Grado en Gastronomía UCH-CEU español-inglés



Duración y desarrollo


 **Modalidad:** Online

Nº de créditos: 2

Horas presenciales: 20


 **Lugar de impartición:** Aula virtual URJC.

 **Horario:** martes y miércoles, de 16h a 18.30h.

 **Fecha de inicio y de finalización:** del 27 de octubre al 18 de noviembre, 2026.



Reserva de plaza y matrícula

 **Plazo de inscripción:** hasta el 4 de octubre, 2026.

€ **Preinscripción:** 0€. El importe del Curso se abonará en el momento de realizar la matrícula, una vez admitida la solicitud del alumno.

 **Nº de plazas:** 25 (Mínimo 17)

✓ **Admisión:** En el caso de que el número de solicitudes supere el de plazas ofertadas se realizará una selección en función de los criterios indicados en el apartado Destinatarios (página 9).

LAS SOLICITUDES DE ADMISIÓN SE REALIZARÁN DE FORMA TELEMÁTICA A TRAVÉS DE: <https://gestion3.urjc.es/gestionsolicitudes/>

 **Plazo de matrícula:** del 5 al 13 de octubre, 2026.

Precio: 151,00€

* El inicio del curso queda condicionado al número mínimo de alumnos matriculados. Temario, calendario, precios y equipo docente están sujetos a cambios.

MAGIC

MADRID GASTRONOMIC
INTERNATIONAL
CENTER

Microcredencial Universitaria
DISEÑO DE MENÚS SIN LACTOSA EN
RESTAURACIÓN
2026-2027

Más información:

Tlf - WhatsApp 624 751 646

info@magic-edu.es

www.magic-edu.es