

# REGINA LIZETH AMADOR PONCE



Col. Alemán, primera etapa  
calle principal bloq. A Casa #  
1714



+504 8936-5485



ginaponce73@gmail.com



3 diciembre 1987

Profesional en el área de Cocina; teniendo el conocimiento de elaboración de platos por medio de recetas; teniendo una alta dedicación a demostrar mis capacidades adquiridas en mi preparación. Trabajando un equipo para poder brindar un excelente servicio al cliente

## EXPERIENCIA LABORAL

### COCINERA

noviembre 2024 – enero 2026

Viernes de Honduras  
(T.G.I. FRIDAY'S)

- Preparación de Pasta
- Preparación Manipulación de Ensaladas
- Preparación de Aderezos
- Ayuda en Estaciones de Servicios
- Administrar inventario para elaboración
- Tiempo de preparación

## EDUCACION

### INFOP

septiembre 2016 – octubre 2017

**Título:** Cocina duración de 1,020 horas

### Cursos Recibidos:

- Preparación de Bocadillo
- Manipulación de Alimentos
- Postres Fríos
- Preparación de platos a base de carnes y aves

### Inst. San Juan Bosco

**2005-2006**

**Título:** Bachiller en Ciencias y letras

## APTITUDES

- Responsable
- Respetuosa
- Puntual
- Alta motivación de servicio
- Honesta
- Servicial
- Dinámica

## OBJETIVOS

- Aplicar mis conocimientos
- Brindar un servicio de calidad basados en la elaboración
- Desarrollarme profesionalmente
- Enfocarme en la mejora continua de nuevas técnicas

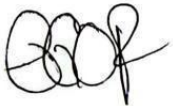
# FRIDAYS®

## CONSTANCIA

La Gerencia del departamento de Recursos Humanos de **VIERNES DE HONDURAS, S.A. de C.V** Por este medio HACE CONSTAR QUE: **REGINA LIZETH AMADOR PONCE** con número de identidad **0801-1987-21013**, laboro para nuestra empresa bajo contrato permanente en el periodo comprendido del **01/05/2025 al 15/01/2026** desempeñándose en el cargo de: **AYUDANTE GENERAL**.

Y para los fines que estime conveniente se extiende la presente constancia en la ciudad de San

Pedro Sula a los 23 días del mes de enero del año 2026.



VIERNES DE HONDURAS  
RECURSOS HUMANOS

**Lic. Fanny Oyuela**


**Recursos Humanos**

**VIERNES DE HONDURAS DE S.A DE C.V.**

*NOTA: La verificación de constancias laborales son de lunes a viernes de 8:30am a 5:00pm al*

*WhatsApp/llamada 9834-0364 o correo electrónico [rrhh@tgifridays.com.hn](mailto:rrhh@tgifridays.com.hn)*

 Boulevard Los Proceres, cuadra y media arriba de la Fuente Luminosa

 Fridays Salida a La Lima SPS: 9519-7184  
Fridays Fuente Luminosa SPS: 9443-8991  
Fridays Multiplaza TGU: 9439-8195

 Fridays Honduras

 T.G.I. Fridays Honduras



**República de Honduras**  
**Carnet de Vacunación COVID-19**

SECRETARÍA DE SALUD

**Nombre:** Regina Lizeth Amador Ponce

**No. Identidad:** 0801198721013

**No. Pasaporte:** \_\_\_\_\_

**Fecha de Nacimiento:**

Día	Mes	Año
3	Diciembre	1987

**Sexo:** Hombre  Mujer

**Profesión/ocupación:** Chef

**Lugar de trabajo:** \_\_\_\_\_


**Dirección de Residencia:** Col. Aleman

**Número Teléfono/ Celular:** 89365485

**Nombre del Establecimiento de Salud:** CIS N/S

**Código del Establecimiento de Salud:** 00159


70:08

 PAI

“Vacúnate contra la COVID-19 y sigue protegiéndote”

**Registro de aplicación de vacuna COVID-19**

Dosis	Fecha de aplicación			Nombre del fabricante/ # Lote/ Fecha de vencimiento	Nombre del Vacunador
	Día	Mes	Año		
Primera dosis	8	Julio	2021	Moderna 034C21A FV 10/2021	Nicole Tabao
Segunda dosis	4	Agosto	2021	Moderna lote: 063D27A V: 72/21	7:26 A.M. N. Amador
Otras	16	Marzo	2020	Pfizer Biontech Lot F100366 V: 8/20	Valderrama
Otras					
Otras					



**Recuerde: Debe completar el esquema de vacunación con la segunda dosis, por lo que es importante que asista a su cita (fecha en lápiz grafito).**

Elaborado: enero 2021

Timbre  
de  
L. 10.00  
con sello  
Secretaría  
del  
Establecimiento



Promoción



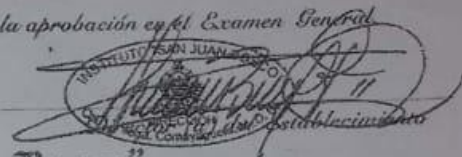
Profesor **Arantio Najardo Gómes**

La                      Director (a) de                      de                       
**Comayagüela M.D.C** Departamento **Francisco Morazán**

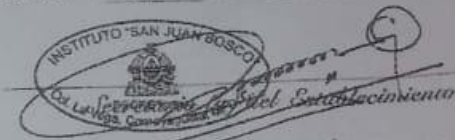
Por Cuanto: Se confiere a  
**Regina Lizeth Amador Ponce**  
**Bachiller en Ciencias y Letras**

El Grado de                       
El día 17 del mes de Noviembre del dos mil Seis

en virtud de haber realizado los estudios que establece la Ley y obtenido la aprobación en el Examen General



El (La) Secretario (a) de Instituto "San Juan Bosco" deja constancia de haber  
registrado este Título bajo el N.º 623 Folio 15 del libro N.º 2 el día 17 de  
Noviembre del 2006



El (La) Secretario (a) de la Dirección Departamental de Educación de Francisco Morazán deja  
constancia que el expediente de Examen General está inscrito bajo el N.º 758 Año 2006 fecha de  
aprobación 16 de Noviembre 2006 y de haber registrado el Título el día de hoy en el libro N.º

07 Reg. 758 Folio 623  
Lugar y Fecha Comayagüela M.D.C 22 de Noviembre 2006

Secretario (a) Dirección Deptal. de Educación

Por Tanto:

El Secretario de Estado en el Despacho de Educación, a través de la Dirección Departamental de Educación de  
**Francisco Morazán** y en uso de la facultad que le confieren los Artículos 189 de la Ley Orgánica de  
Educación y 1 del Decreto Legislativo N.º 162-96 extiende el presente Título de:  
**Bachiller en Ciencias y Letras**

para que sea habido y tenido por tal y goce de los derechos que le corresponden  
Dado en Comayagua el día 22 del mes de Noviembre del dos mil Seis



Secretario (a) Departamental de Educación



INSTITUTO NACIONAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL  
INFOP



INSTITUTO NACIONAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL  
CÁMARA NACIONAL DE TURISMO DE HONDURAS

Otorgan el presente

# CERTIFICADO

A: *Regina Lizeth Amador Ponce*

Por haber aprobado el curso **COCINERO/A**

Unidad Ejecutora: Sección Formación en Turismo

Impartido del 05-9-2016 al 12-10-2017 duración 1,020 horas

Modo de formación: Habilitación

Dado en Tegucigalpa, MDC a los 01 días del mes de noviembre del 2017

Registro No. 185,772

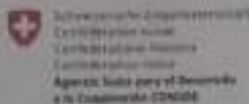
*Roberto Enrique Cardona*  
Roberto Enrique Cardona  
Director Ejecutivo INFOP



*Donaldo Suazo*  
Donaldo Suazo  
Presidente CANATURH



*German Alberto Chaves Cortes*  
German Alberto Chaves Cortes  
Director Proyecto PRODOVEN



swisscontact  
Swiss Foundation for Technical Cooperation





INSTITUTO NACIONAL  
DE FORMACIÓN PROFESIONAL  
INFOP

**OTORGA EL PRESENTE CERTIFICADO**

A: REGINA LIZETH AMADOR PONCE

Por haber aprobado el curso: PREPARACION DE BOCADILLOS

Impartido en la Unidad Operativa/Entidad: Sección Formación Turismo

Del 09 DE MAYO, 2016 al 13 DE MAYO, 2016 duración 20 horas

Modo de formación: COMPLEMENTACION

Dado en TEGUCIGALPA, MDC a los 01 días del mes de JULIO de 2016

Registro No. 1.434.253



CESAR ANTONIO PINO  
Director Ejecutivo

Instructor



INSTITUTO NACIONAL  
DE FORMACIÓN PROFESIONAL  
INFOP

**OTORGA EL PRESENTE CERTIFICADO**

A: REGINA LIZETH AMADOR PONCE

Por haber aprobado el curso: MANIPULACION DE ALIMENTOS

Impartido en la Unidad Operativa/Entidad: Sección Formación en Turismo

Del 1 de febrero, 2016 al 5 de febrero, 2016 duración 20 horas

Modo de Formación: Complementación

Dado en Tegucigalpa, MDC, a los 22 días del mes de Febrero de 2016

Registro: 1,364,908



Instructor



★ ★ ★ ★ ★  
 INSTITUTO NACIONAL  
 DE FORMACIÓN PROFESIONAL  
 INFOP

**OTORGA EL PRESENTE CERTIFICADO**

**A:** REGINA LIZETH AMADOR PONCE

Por haber aprobado el curso: **POSTRES FRIOS**

Impartido en la Unidad Operativa/Entidad: Sección Formación Turismo

Del 20 DE JUNIO, 2016 al 24 DE JUNIO, 2016 duración 20 horas

Modo de formación: **COMPLEMENTACION**

Dado en TEGUCIGALPA, MDC a los 09 días del mes de NOVIEMBRE de 2016

Registro No. 1,434,070



CESAR ANTONIO PINTO  
 Director Ejecutivo

*[Signature]*  
 Instructor



★ ★ ★ ★ ★  
 INSTITUTO NACIONAL  
 DE FORMACIÓN PROFESIONAL  
 INFOP

**OTORGA EL PRESENTE CERTIFICADO**

**A:** REGINA LIZETH AMADOR PONCE

Por haber aprobado el curso: **PREPARACION DE PLATOS A BASE DE CARNES Y AVES**

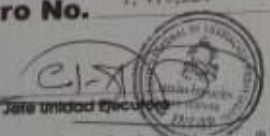
Impartido en la Unidad Operativa/Entidad: Sección Formación Turismo

Del 03 DE MAYO, 2016 al 06 DE MAYO, 2016 duración 20 horas

Modo de formación: **COMPLEMENTACION**

Dado en TEGUCIGALPA, MDC a los 01 días del mes de JULIO de 2016

Registro No. 1,410,221



CESAR ANTONIO PINTO  
 Director Ejecutivo

*[Signature]*  
 Instructor

## REFERENCIA PERSONAL

Yo Martha Leticia Turcios con# de DNI 0801-1958-08178 hondureña de nacimiento residente en el residencial alemán, hago constar que conozco a Regina Lizeth Amador Ponce con # de DNI 0801-1987-21013 desde hace unos años y puedo dar fe que ella es una persona responsable, educada puntual, Honrada, honesta y trabajadora cualquier información se puede abocar a mi persona.

---

Martha Leticia Turcios

DNI 0801-1958-08178

Cel.: 9885-7456

## REFERENCIA PERSONAL

Yo María Elizabeth González con # de DNI 0801-1976-04859 hondureña de nacimiento

residente en el residencial alemán, hago constar que conozco a Regina Lizeth Amador Ponce con # de DNI 0801-1987-21013 desde hace unos años y puedo dar fe que ella es una persona responsable, educada puntual, Honrada, honesta y trabajadora cualquier información se puede abocar a mi persona.

---

María Elizabeth González

DNI 0801-1976-04859

Cel.: 9738-3325