

Programmazione disciplinare

ANNO SCOLASTICO 2017/2018

DISCIPLINA Scienza e Cultura dell'Alimentazione

CLASSE III SEZ. C

DOCENTE *Prof.ssa Caterina Palocci*

TITOLO UNITÀ DIDATTICHE

Cultura alimentare

- 1) Alimenti e alimentazione
- 2) Principi nutritivi
- 3) Tabelle di composizione degli alimenti
- 4) Calcolo calorico nutrizionale
- 5) Classificazione degli alimenti
- 6) Formulazione di una dieta equilibrata
- 7) Valutazione del peso corporeo: IMC, fabbisogno energetico, distribuzione dell'energia, i LARN

Alimenti di origine vegetale

Cereali e derivati: aspetti generali, cariosside, frumento, molitura del frumento, il pane: ingredienti e valore nutritivo e panificazione

Alimenti di origine animale

Uova

Alimenti accessori

Bevande analcoliche e nervine (caffè)

Bevande alcoliche fermentate: birra e vino

Cultura dell'alimentazione: Bologna, capitale del packaging e di innovazione (FICO di Eataly World)

I fast food e i danni sulla salute