

Programmazione disciplinare

ANNO SCOLASTICO 2017/2018

DISCIPLINA Scienza e Cultura dell'Alimentazione

CLASSE III SEZ. N

DOCENTE *Prof.ssa Caterina Palocci*

TITOLO UNITÀ DIDATTICHE

Cultura alimentare

- Alimenti e alimentazione
- Principi nutritivi
- Tabelle di composizione degli alimenti
- Calcolo calorico nutrizionale dei piatti
- Classificazione degli alimenti
- Formulazione di una dieta equilibrata
- Valutazione del peso corporeo: IMC, fabbisogno energetico, distribuzione dell'energia, i LARN

Alimenti di origine vegetale

Cereali e derivati: aspetti generali, la cariosside, il frumento, il pane, la panificazione, i prodotti sostitutivi del pane, la pasta alimentare, la pastificazione, il riso, il mais, i cereali minori.

Alimenti di origine animale

La carne e i salumi: la carne e i prodotti carnei, la filiera della carne, i tessuti della carne, la macellazione, le frattaglie, la classificazione della carne, i bovini, le caratteristiche nutritive, la cottura, la conservazione

I prodotti ittici: aspetti generali, i pesci e il loro valore nutritivo, la freschezza dei prodotti ittici, la conservazione, i rischi sanitari dei prodotti della pesca, la cottura dei prodotti ittici

I formaggi: aspetti generali, produzione del formaggio, difetti e alterazioni, classificazione, valore nutritivo

Grassi e dolci

Generalità sull'olio di oliva, l'oliva, la classificazione dell'olio di oliva, composizione chimica e valore nutritivo dell'olio di oliva

Frascati, 8/06/2018
