



**ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE PROFESSIONALE  
ANNESSO AL CONVITTO NAZIONALE STATALE "R. Bonghi"**

sezioni associate: I.P.S.S.A.R. - I.P.I. ARTIGIANATO - I.P. SERVIZI.COMM.

**PROGRAMMA SVOLTO  
a.s. 2017/2018**

ISTITUTO: Convitto Nazionale "R. Bonghi" LUCERA  
INDIRIZZO: IPSSAR  
CLASSE: Terza SEZIONE: B ENOGASTRONOMIA  
DISCIPLINA: Scienza e cultura dell'alimentazione  
DOCENTE: Pacifico Susanna  
QUADRO ORARIO (N. ore settimanali nella classe): 4 (3 + 1 in compresenza)

**Modulo N 1: Alimentazione equilibrata**

- alimenti e alimentazione;
- distribuzione e funzione principale dei principi nutritivi nel corpo umano;
- la classificazione degli alimenti;
- i 5 gruppi di alimenti;
- formulazione di una dieta equilibrata;
- valutazione del peso corporeo;
- fabbisogno energetico e distribuzione dell'energia giornaliera;
- linee guida per una corretta alimentazione

**Competenze**

- Saper classificare gli alimenti in base ai criteri funzionali;
- Calcolare il fabbisogno energetico totale
- Interpretare correttamente le 10 linee guida per una sana alimentazione;
- saper elaborare diete equilibrate
- saper collocare gli alimenti nei rispettivi gruppi.

**Modulo N 2: merceologia degli alimenti e bevande**

**ASPETTI GENERALI, CLASSIFICAZIONE, COMPOSIZIONE CHIMICA E STRUTTURA, VALORE NUTRITIVO, ASPETTI IGIENICO-SANITARI, FRODI DI:**

- Cereali maggiori e minori
- Carne
- Prodotti ittici
- Uova
- Latte e derivati (yogurt, formaggi)
- Oli e grassi da condimento (vegetali, animali e misti)

**Competenze**

- Saper descrivere gli aspetti generali dei cereali e il valore nutritivo dei derivati;
- Saper valutare gli aspetti positivi e negativi legati al consumo di carne, pesci e uova e saper riconoscere il valore nutritivo.
- Descrivere la struttura e composizione dell'uovo;
- Essere in grado di valutare la freschezza delle carni, uova e pesci.
- Saper illustrare gli aspetti nutrizionali dei prodotti lattiero -

	<p>caseari.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper descrivere la composizione chimica del latte.</li> <li>• Saper classificare merceologicamente l'olio di oliva;</li> <li>• Saper distinguere gli oli dai grassi dal punto di vista chimico;</li> <li>• Descrivere le caratteristiche chimiche e nutrizionali dei vari oli e grassi.</li> </ul>
--	--

	Competenze
<p><b>Modulo N 3: determinazione del calcolo calorico di un piatto</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Unità di misura fondamentali in alimentazione (volume, massa e peso, energia);</li> <li>- Parte edibile di un alimento;</li> <li>- Tabelle di composizione chimica degli alimenti.</li> <li>- L.A.R.N.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Creare un menu specifico alle diverse esigenze;</li> <li>• promuovere una sana e corretta alimentazione;</li> </ul>

Lucera, 13 giugno 2018

Gli alunni

Luca Lioncone  
Stefano Ferraro  
Luca Ferraro

La docente

Pacifico Susanna  
Susanna Pacifico