



**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: D SALA

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 delle bevande

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

- Bevande non alcoliche (acque, bibite, succhi di frutta, bevande nervine);
- Alimenti accessori (zucchero, miele, dolcificanti);
- Birra;
- Vino;

Competenze

- Saper distinguere e classificare i vari tipi di acque minerali naturali;
- Saper descrivere le caratteristiche merceologiche e il valore nutritivo delle varie bevande analcoliche;
- Distinguere e classificare i vari tipi di birra e vino in base alle tecniche di trasformazione;
- Descrivere la composizione chimica e nutrizionale della birra e del vino;
- Saper descrivere gli aspetti

- Cereali maggiori e minori - Carne - Uova - Latte e derivati (yogurt, formaggi)	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 e delle uova. • Saper illustrare gli aspetti nutrizionali dei prodotti lattiero – caseari. • Saper descrivere la composizione chimica del latte.
---	--

	Competenze
Modulo N 3: determinazione del calcolo calorico di un cocktail - Unità di misura fondamentali in alimentazione (volume, massa e peso, energia); - Parte edibile di un alimento; - Tabelle di composizione chimica degli alimenti. - L.A.R.N.	• Creare un menu specifico alle diverse esigenze; • promuovere una sana e corretta alimentazione;

Lucera, 13 giugno 2018

Gli alunni

Pecorelli Francesco Pio
Xiome Morici
Morano Marco

La docente

Pacifico Susanna
Sus Pac