

**ISTITUTO PROFESSIONALE DI STATO PER I SERVIZI ALBERGHIERI E DELLA
RISTORAZIONE
R. BONGHI
LUCERA (FG)**

PIANO DI LAVORO SVOLTO DAL PROF. ANTONIO VITACCHIONE

MATERIA: Scienza e Cultura dell'Alimentazione

Classe 3[^] sez. A/cucina a.s. 2018/2019

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.

MODULO N°2 – MERCEOLOGIA DEGLI ALIMENTI E BEVANDE:

Carne, pesci e uova; cereali e legumi; latte e derivati; cenni oli e grassi.

MODULO N°3 – calcolo calorico

Lucera , li


Firma docente

Firma alunni

