



**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. 2018/2019**

ISTITUTO: Convitto Nazionale "R. Bonghi" LUCERA

INDIRIZZO: **IPSSAR**

CLASSE: **Terza** SEZIONE: C 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	Competenze
- 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	• 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.

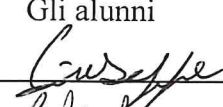
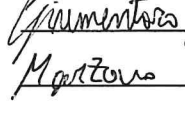
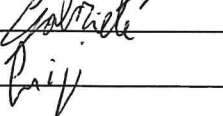
Modulo N 2: merceologia degli alimenti e delle bevande	Competenze
ASPETTI GENERALI, CLASSIFICAZIONE, COMPOSIZIONE CHIMICA E STRUTTURA, VALORE NUTRITIVO, ASPETTI IGIENICO-SANITARI, FRODI DI: - Cereali maggiori e minori - Carne - Prodotti ittici - Uova - Latte e derivati (yogurt, formaggi) - Oli e grassi da condimento (vegetali, animali e misti)	• 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 –

	caseari. • Saper descrivere la composizione chimica del latte. • Saper classificare merceologicamente l'olio di oliva; • Saper distinguere gli oli dai grassi dal punto di vista chimico; • Descrivere le caratteristiche chimiche e nutrizionali dei vari oli e grassi.
--	--

	Competenze
Modulo N 3: determinazione del calcolo calorico di un piatto - 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, 12 giugno 2019

Gli alunni

La docente

Pacifico Susanna

