



**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: **Quarta** SEZIONE: B ENOGASTRONOMIA
DISCIPLINA: **Scienza e cultura dell'alimentazione**
DOCENTE: **Pacifico Susanna**
QUADRO ORARIO (N. ore settimanali nella classe): **3 (2 + 1 in compresenza)**

Modulo N 1: Principi nutritivi: macronutrienti	Competenze
	- Saper riconoscere analogie e differenze tra i diversi nutrienti - Saper descrivere le caratteristiche fisico - chimiche fondamentali dei principi nutritivi - Saper interpretare correttamente i fabbisogni nutrizionali in una corretta alimentazione - saper descrivere le classificazioni relative ai vari principi nutritivi. - saper descrivere le principali metaboliche dei macronutrienti.

Modulo N 2: principi nutritivi: micronutrienti	Competenze
	• Saper descrivere gli aspetti generali dei micronutrienti • saper classificare i micronutrienti secondo criteri nutrizionali • saper descrivere le funzioni dei micronutrienti.

	Competenze
Modulo N 3: Cottura degli alimenti - Principali tecniche di cottura degli alimenti - Quantità di calore e tempi di cottura - Modificazioni da cottura a carico dei principi nutritivi: protidi, glucidi e lipidi - Reazione di Maillard - Perdite da cottura a carico di vitamine e Sali minerali - inattivazione di sostanze dannose - temperature più comuni di cottura	- Saper riconoscere in base al metodo di cottura le modifiche che avvengono a carico dei principi nutritivi - saper interpretare le varie fasi della reazione di Maillard e associare i fattori positivi e negativi della stessa - saper mettere in relazione il miglior metodo di cottura per l'alimento da preparare.

	Competenze
Modulo N 4: Conservazione degli alimenti - Principali tecniche di cottura degli alimenti - Quantità di calore e tempi di cottura - Modificazioni da cottura a carico dei principi nutritivi: protidi, glucidi e lipidi - Reazione di Maillard - Perdite da cottura a carico di vitamine e Sali minerali - inattivazione di sostanze dannose - temperature più comuni di cottura	- Saper analizzare e classificare i diversi metodi di conservazione - saper individuare e valutare le modificazioni organolettiche e nutrizionali degli alimenti conservati - saper individuare il sistema di conservazione più idoneo per ogni tipo di alimento - saper distinguere i conservanti naturali da quelli chimici e biologici - confrontare i prodotti conservati con quelli freschi - saper valutare il rischio per la salute che possono presentare gli additivi.

Lucera, 12 giugno 2019

Gli alunni

Almo Alunni
Giulio Vincenzo
Domato Angela

La docente

Pacifico Susanna

Silvia Pacifico