



**ISTITUTO STATALE di ISTRUZIONE SUPERIORE
L. EINAUDI – A. CECCHERELLI**

Agenzia Formativa Regione Toscana - Codice LI0599
Certificazione di sistema qualità DNV Business Assurance ISO 9001
E-mail: LIIS004009@istruzione.it; LIIS004009@PEC.ISTRUZIONE.IT
Cod. fisc.: **81002090496** Cod.meccanogr.: **LIIS004009**



ISO 9001=ISO 14001
OHSAS 18001



<http://www.einaudiceccherelli.it>



**PROGRAMMA SVOLTO
A.S. 2020/2021**

Materia:	SCIENZA E CULTURA DELL'ALIMENTAZIONE
Classe:	3E
Insegnante:	CHIARA BOTTARO
Libro di testo:	Scienza e cultura dell'alimentazione Accoglienza Turistica Vol. 3 A. Machado Poseidonia Scuola

<i>n° e titolo modulo o unità didattiche/formative</i>	<i>Argomenti e attività svolte</i>
1. ALIMENTAZIONE EQUILIBRATA	UD 1 Alimenti: definizione, caratteristiche e classificazione. UD 2 Varietà, equilibrio e moderazione; classificazione funzionale degli alimenti in 5 gruppi; corretta ripartizione dell'energia e dei nutrienti; fabbisogno energetico totale. UD 3 Linee guida per una sana alimentazione UD 4 Piramide alimentare e piramide ambientale UD 5 Diete particolari: mediterranea, nordica, vegetariane, dello sportivo UD 6 Promozione della salute
2. BIOENERGETICA	UD 1 Fabbisogno energetico totale: metabolismo basale; termogenesi indotta dalla dieta; metabolismo energetico di attività; termoregolazione. UD 2 Bilancio energetico (entrate ed uscite; tipi di bilancio). UD 3 Peso corporeo ideale: tipi morfologici (brevilinei, normolinei e longilinei); IMC. UD 4 Calcolo del MB, del FET e valutazione stato nutrizionale mediante IMC e tipi morfologici
3. MERCEOLOGIA DEGLI ALIMENTI DI ORIGINE VEGETALE	UD 1 Ortaggi e frutta: composizione chimica, caratteristiche nutrizionali, classificazione UD 2 Cereali: composizione chimica, caratteristiche nutrizionali, classificazione UD 3 Legumi: composizione chimica, caratteristiche nutrizionali, classificazione UD 4 Oli: composizione chimica, caratteristiche nutrizionali, classificazione
4. MERCEOLOGIA DEGLI ALIMENTI DI ORIGINE ANIMALE	UD 1 Carne: composizione chimica, caratteristiche nutrizionali, classificazione, salumi UD 2 Prodotti ittici: composizione chimica, caratteristiche nutrizionali,



**ISTITUTO STATALE di ISTRUZIONE SUPERIORE
L. EINAUDI – A. CECCHERELLI**

Agenzia Formativa Regione Toscana - Codice LI0599
Certificazione di sistema qualità DNV Business Assurance ISO 9001
E-mail: LIIS004009@istruzione.it; LIIS004009@PEC.ISTRUZIONE.IT
Cod. fisc.: **81002090496** Cod.meccanogr.: **LIIS004009**



ISO 9001=ISO 14001
OHSAS 18001



<http://www.einaudiceccherelli.it>



		classificazione, rischi sanitari, conservazione UD 3 Latte e derivati: composizione chimica, caratteristiche nutrizionali, classificazione UD 4 Uova: composizione chimica, caratteristiche nutrizionali, classificazione UD 5 Grassi da condimento: burro, panna, lardo, pancetta, strutto
5.	MERCEOLOGIA DELLE BEVANDE ANALCOLICHE E NERVINE	UD 1 Bevande analcoliche: acque minerali; bibite, succhi di frutta; classificazione e caratteristiche nutritive. UD 2 Bevande nervine: caffè, tè e cioccolata; aspetti generali, ciclo produttivo, varietà commerciali, caratteristiche nutritive.
6.	MERCEOLOGIA DELLE BEVANDE ALCOLICHE	UD 1 Vino UD 2 Birra
7.	STORIA DELL'ENOGASTRONOMIA E DELL'OSPITALITA' ALBERGHIERA	UD 1 Cuochi celebri e ricettari UD 2 Nascita dei caffè UD 3 Le origini della ristorazione e dell'ospitalità alberghiera UD 4 Neoristorazione