

PROGRAMMA DI SCIENZE DEGLI ALIMENTI
SVOLTO NELLA CLASSE 4^ AS ALBERGHIERO

Prof.ssa Silvia Farace

Anno Scolastico 2024-2025

SCIENZE DEGLI ALIMENTI

**Alimentazione e salute, alimenti di origine vegetale, alimenti di origine animale e
alimenti accessori, cottura degli alimenti, Conservazione degli alimenti.**

ALIMENTAZIONE E SALUTE

L'alimentazione equilibrata:

- tabelle di composizione degli alimenti;
- esempio di calcolo calorico-nutrizionale
- formulazione di una dieta equilibrata;
- peso corporeo e peso ideale
- fabbisogno energetico
- Metabolismo basale
- le linee guida per una sana alimentazione
- Fabbisogno nutrizionale
- I macronutrienti (proteine, lipidi, carboidrati)
- I micronutrienti (Sali minerali e vitamine)
- Vitamine: liposolubili, idrosolubili
- La piramide alimentare
- La doppia piramide alimentare-ambientale
- esempi di diete: la dieta mediterranea

Alimenti di origine vegetale, alimenti di origine animale e alimenti accessori

- Cereali e derivati
- legumi
- prodotti ortofruttili
- la carne
- prodotti ittici
- le uova

- il latte
- i formaggi
- oli e grassi: saturi ed insaturi.
- Sale, aceto, erbe aromatiche e spezie (accenni)

Conservazione degli alimenti

- Basse temperature (refrigerazione, congelamento, surgelazione)
- alte temperature (pastorizzazione, affumicatura)
- per disidratazione (essiccazione, liofilizzazione)
- mediante il fumo
- con metodi: chimici, fisici e biologici

La sicurezza e la qualità alimentare

- La Filiera Agroalimentare
- La Rintracciabilità
- Le principali norme sull'igiene degli alimenti e dei locali
- I prodotti a Marchio europeo
- L'HACCP, aspetti giuridici, procedurali e finalità
- Le contaminazioni alimentari (chimiche-fisiche-biologiche)

EDUCAZIONE CIVICA: CONTENUTI TRATTATI ALL'INTERNO DELL'UDA SCELTA DAL CONSIGLIO DI CLASSE

TITOLO: Diritti inviolabili negati: leggi e Paesi a confronto.
--

Svolgimento: Il diritto al cibo e le disuguaglianze globali"
--