

**Programma di "Scienze dell'alimentazione"**  
**Anno scolastico 2021/22**

**Classe III B**

**IPSSEOA – Rieti**

**Insegnante: G. Mutignani**

**Necessario richiamo ai concetti di:**

Alimentazione e nutrizione. I principi nutritivi, caratteristiche chimiche e composizione chimica del corpo umano. Definizione di materia, di atomo e di molecola, di sostanza organica e inorganica. Metabolismo: anabolismo e catabolismo, funzione plastica e funzione energetica. Fabbisogno dei macronutrienti ed energia fornita dai PN. Micronutrienti, funzione bioregolatrice. Le molecole di base e la nutrizione.

Classificazione degli alimenti - gli alimenti plastici: richiamo al valore biologico di un alimento proteico. La carne, caratteristiche generali e valore nutritivo.

Le uova: composizione chimica e valore nutritivo.

Il latte: composizione chimica e valore nutritivo. La carica batterica del latte e i trattamenti di risanamento. Tecnologie di produzione. Tipi di latte in commercio. Lo yogurt e i lattici fermentati. I formaggi: requisiti di classificazione. Fasi di produzione del formaggio. Valore nutritivo dei formaggi. Formaggi erborinati, fusi, a pasta filata, mascarpone, ricotta.

I legumi: composizione chimica e valore nutritivo.

Gli alimenti energetici. I cereali, cereali maggiori e minori, composizione chimica e valore nutritivo. La frutta oleosa: composizione chimica e valore nutritivo.

Gli alimenti bioregolatori: la frutta: classificazione, composizione chimica e valore nutritivo.



Chiara Lelli