

Scienza e cultura dell'alimentazione
a.s. 2021-2022
Classe III C
Prof.ssa Piperno Isabella

Modulo n° 1 : Alimenti ed alimentazione

Prima Unità Didattica : Cultura alimentare

Alimenti ed alimentazione. Le Tabelle di composizione degli alimenti. Esercizi di calcolo calorico-nutrizionale.

La classificazione degli alimenti. I 5 gruppi alimentari. Formulazione di una dieta equilibrata.

Valutazione del peso corporeo. Le Linee guida per una sana alimentazione. La doppia piramide alimentare-ambientale.

Modulo n° 2: Alimenti di origine vegetale

Prima Unità Didattica : “Cereali e derivati”

Aspetti generali. La cariosside. Il Frumento. La molitura del frumento. Il pane. La panificazione. I prodotti sostitutivi del pane (cenni). La pasta alimentare. Il Riso. Il Mais. I Cereali minori.

Seconda Unità Didattica : “I legumi”

Aspetti generali. Composizione chimica e valore nutritivo dei legumi. I principali legumi. Altri legumi. La conservazione dei legumi. La cottura dei legumi.

Terza Unità Didattica : “Oli e grassi”

La filiera dell'olio di oliva. Difetti, Alterazioni e rettificazione dell'olio d'oliva. Valore nutritivo dell'olio d'oliva. Oli vegetali. Grassi idrogenati, frazionati, interesterificati. La margarina.

Modulo n° 3: Alimenti di origine animale

Prima Unità Didattica : “Il latte”

Aspetti generali. I microrganismi del latte. Composizione chimica e valore nutritivo. Il ciclo produttivo del latte: I trattamenti di risanamento: Tipi di latte in commercio. Latti fermentati. Lo yogurt. La crema di latte. Il burro.

Seconda Unità Didattica : “I formaggi”

Aspetti generali. La produzione del formaggio. Difetti e alterazione dei formaggi. La classificazione. Formaggi particolari. Il valore nutritivo. La conservazione.

Terza Unità Didattica : “Le uova”

Aspetti generali. Classificazione merceologica ed etichettatura. Struttura e composizione chimica.

La freschezza delle uova. La conservazione delle uova. Le caratteristiche nutritive delle uova.
Cottura e proprietà tecnologiche delle uova.

Quarta Unità Didattica: "La carne ed i salumi"

La carne ed i prodotti carnei. La filiera della carne. I tessuti della carne. . La macellazione. Le frattaglie. La classificazione della carne. Bovini, bufalini, equini, suini, carni avicole e cunicole, selvaggina (cenni). Le caratteristiche nutritive della carne. La cottura della carne. La conservazione della carne. I prodotti di salumeria.

Quinta Unità Didattica: "I prodotti ittici"

I pesci. I molluschi. I crostacei. Gli echinodermi. La freschezza dei prodotti ittici. La conservazione dei prodotti ittici. I rischi sanitari e cottura dei prodotti ittici.

1/06/2022

Gli alunni

Ilaria Delfino
Giulia Fedrigo

L'insegnante

Giuseppina Piperno