

Programmazione disciplinare svolta

SCIENZA E CULTURA DELL'ALIMENTAZIONE

ANNO SCOLASTICO 2024/2025

Classe 4°B

Indirizzo alberghiero

- 1 Antropologia e alimentazione - il cibo tra cultura, tradizioni e leggende: la Paleodieta, la cucina ai tempi dell' Impero Romano e del Medioevo fino alla scoperta dell'America (l'introduzione di nuovi cibi sulla tavola italiana), la cucina post-colombiana, l'influenza della rivoluzione industriale fino alla globalizzazione degli alimenti).
- 2 I cibi del futuro e gli aromi (concetti principali).
- 3 Macro e micronutrienti: concetti fondamentali, caratteristiche principali, valori nutrizionali e funzioni.
 - Proteine (la carne, gli allevamenti intensivi e le lobby)
 - Glucidi (i falsi miti e le patologie)
 - Lipidi (i cibi spazzatura)
- 4 Calcolo calorie: MB, FET, IMC, suddivisione macronutrienti nei pasti principali (esercizi), il piatto unico.
- 5 Dispendio energetico
- 6 Misurazione parametri morfometrici e corporei
- 7 Introduzione alla qualità alimentare.
- 8 Ed.civica: Il cittadino informato "lo spreco alimentare"

Prof. ALARI ESPOSITO GUIDO

