

**ISTITUTO PROFESSIONALE STATALE PER I SERVIZI ALBERGHIERI E LA RISTORAZIONE
DI VELLETRI "UGO TOGNAZZI"**

Programma svolto A. S. 19-20

Classe: I C

Docente: Annalisa Nunziata

Testo: Alimentazione - ALMA

Igiene alimentare e professionale

L'igiene degli alimenti

Che cosa sono i contaminanti

La contaminazione degli alimenti

La contaminazione fisica, chimica e biologica

Che cosa sono i batteri e che cosa li caratterizza

Che cosa sono i virus

Che cosa sono i funghi

Che cosa sono i parassiti

Che cosa sono i prioni

Quali fattori influenzano la crescita dei microorganismi

Caratteristiche delle principali patologie alimentari causate da contaminazioni biologiche

Sistema HACCP (che cos'è il sistema HACCP; l'applicazione dell'HACCP; le fasi dell'HACCP)

Norme elementari per una corretta prassi igienica alimentare.

Norme su cui si fonda il sistema di autocontrollo HACCP

L'igiene professionale

Che cosa si intende per igiene nella ristorazione

Come si garantisce l'igiene del personale

Come va gestita l'igiene dei locali

Come va gestita l'igiene delle attrezzature

I macronutrienti energetici

I glucidi

Come si classificano i glucidi

I monosaccaridi con rilievo nutrizionale (glucosio, fruttosio, galattosio)

I disaccaridi con rilievo nutrizionale (saccarosio, maltosio, lattosio)

I polisaccaridi con rilievo nutrizionale (amido, glicogeno, cellulosa)

Le proteine

Da che cosa sono costituite: gli amminoacidi

Le strutture delle proteine

La denaturazione proteica

La classificazione delle proteine

Gli amminoacidi essenziali

La complementazione proteica

Le funzioni delle proteine

Quanti e quali proteine vanno assunte

I lipidi

Gli acidi grassi

I lipidi semplici: struttura e funzione

I lipidi complessi: struttura e funzione

Quanti e quali lipidi vanno assunti

I micronutrienti

Le Vitamine

Come si classificano le vitamine - Vitamine liposolubili e idrosolubili

Quali vitamine vanno assunte

Funzioni delle vitamine

I Sali minerali

Come si classificano i sali minerali – macroelementi e microelementi

Quali Sali minerali vanno assunti

Funzione dei Sali minerali

L'acqua

Che cosa rappresenta l'acqua

Quali acque sono destinate al consumo umano

Le proprietà dell'acqua.

Velletri, 9/06/2020

Prof.ssa Annalisa Nunziata