

PROGRAMMA FINALE		IIS “B. MARSANO”  PROFESSIONALE	
DOCENTE: ALESSANDRO OPIZZI	DISCIPLINA: SCIENZA E CULTURA DEGLI ALIMENTI	CLASSE: 3I	
OBIETTIVI CONSEGUITI (IN GRASSETTO SI RIPORTANO GLI OBIETTIVI MINIMI)			
CONOSCENZE: <i>Elementi di dietetica e nutrizione:</i> Alimenti e alimentazione: Valore energetico degli alimenti , classificazione degli alimenti, 5 gruppi di alimenti. Dieta sana ed equilibrata (nuove linee guida di riferimento), i LARN. Doppia piramide alimentare-ambientale. Piatto del mangiar sano. Tipi di diete: normocalorica, ipocalorica ed ipercalorica. Alimentazione nella ristorazione: cos’è la ristorazione commerciale e collettiva . Differenze tra mense scolastiche, aziendali e sanitaria. Sostenibilità nella ristorazione. Concetto di prodotti a Km0 e filiera corta. I prodotti vegetali Conoscenza generale dei prodotti vegetali: Ortaggi, funghi, Frutta . Cenni sulla conservazione e cottura dei prodotti ortofrutticoli Cenni su cottura e conservazione dei prodotti ortofrutticoli Composizione chimica e valore nutritivo dei cereali, focus sul glutine . Cenni sui sostituti del pane, pasta riso, mais. HACCP (allergeni) Composizione chimica e valore nutritivo dei legumi, fattori antinutrizionali. Focus sul valore biologico delle proteine ed utilizzo in regimi alimentari specifici (abbinamento cereali-legumi). I prodotti di origine animale: Le filiere dei prodotti di origine animale, etichettatura e HACCP (allergeni) Latte e derivati: focus sul latte alimentare, valore nutritivo del latte e filiera del latte con i relativi trattamenti termici di risanamento. Tipologie di latte alimentare in commercio . Latti speciali (es. delattosato) Cenni sulle uova (classificazione merceologica, etichettatura e rintracciabilità, valori nutrizionali) Oli e Grassi Le principali materie grasse in commercio in uso in cucina: il burro, l’olio di oliva , olio di semi, le margarine vegetali. I prodotti accessori: bevande alcoliche fermentate: Il vino. Vinificazione in rosso e in bianco . Bevande alcoliche e sicurezza alimentare. HACCP: focus sugli allergeni			

COMPETENZE:

Elementi di dietetica e nutrizione

Tutela e sicurezza alimentare del cliente

Supportare pianificazione e gestione dei processi di approvvigionamento, di produzione e di vendita in un'ottica di qualità e di sviluppo della cultura dell'innovazione.

Valorizzare l'elaborazione e presentazione di prodotti dolciari e di panificazione locali, nazionali ed internazionali.

ABILITÀ:

Applicare criteri di selezione di menu in funzione del contesto, esigenze della clientela, della stagionalità e nel rispetto della filiera corta

Applicare modalità di trattamento e trasformazione delle materie prime, tenendo conto delle principali tendenze di mercato

Valorizzazione dei prodotti made in Italy

TEMPISTICHE

Primo quadrimestre: Ripasso macronutrienti, Alimenti e classificazione degli alimenti. L'alimentazione nella ristorazione: commerciale e collettiva. I prodotti vegetali: i prodotti ortofrutticoli, cerealicoli e legumi

Secondo quadrimestre: Il latte alimentare e filiera, Oli e grassi (olio di semi, di oliva, burro, margarina vegetale) Cenni sulle uova, cenni sul vino (differenza tra vinificazione in bianco e in rosso)

PROGRAMMA EFFETTIVAMENTE SVOLTO ALLA DATA DI EMISSIONE DEL DOCUMENTO**Alimenti ed alimentazione**

Gli alimenti, classificazione degli alimenti e i 5 gruppi alimentari. Concetto di dieta sana ed equilibrata, doppia piramide alimentare-ambientale, infografica del "piatto del mangiar sano" di Harvard. Concetto di dieta ipercalorica, ipocalorica e normocalorica.

Alimentazione nella ristorazione

La ristorazione commerciale

La ristorazione collettiva: differenza tra scolastica ed aziendale e sanitaria. Sostenibilità nella ristorazione. Concetto di prodotti a Km0 e filiera corta.

I prodotti ortofrutticoli:

Conoscenza generale dei prodotti vegetali: Ortaggi, funghi, Frutta, frutta secca. Cenni sulla conservazione e cottura dei prodotti ortofrutticoli. Valori nutritivi medi per i vari prodotti ortofrutticoli.

Focus sui funghi: valore nutritivo e controllo preventivo per i funghi. Cenni sulle principali tossine fungine.

I prodotti cerealicoli: i cereali maggiori (frumento, riso, mais) e minori/pseudocereali. Cereali con glutine e senza glutine. Composizione del glutine. Cenni sulla pasta alimentare.

I legumi: Valore nutritivo e fattori antinutrizionali. Focus sul valore biologico delle proteine derivate dai legumi.

I prodotti di origine animale:

Il latte e derivati: focus sul latte alimentare, valore nutritivo del latte. Focus sul lattosio e proteine del latte come allergeni. Filiera del latte con i relativi trattamenti termici di risanamento (pastorizzazione e UHT). Tipologie di latte alimentare in commercio. Latti speciali (es. delattosato). Cenni sui latti fermentati.

Cenni sulle uova (classificazione merceologica, etichettatura e sistemi di allevamento + rintracciabilità, valori nutrizionali)

Oli e Grassi: Le principali materie grasse in commercio in uso in cucina: il burro, l'olio di oliva, olio di semi, le margarine vegetali. Focus sulle olive e sull'olio di oliva ed extravergine. Differenza tra burro e burro chiarificato e diversi utilizzi in cucina. Oli di semi: differenza tra i principali oli in commercio e diverso utilizzo in cucina. Margarine vegetali.

I prodotti accessori: bevande alcoliche fermentate: Il vino. Vinificazione in rosso e in bianco. Bevande alcoliche e sicurezza alimentare.

HACCP: focus sugli allergeni alimentari.

EDUCAZIONE CIVICA:

Lo spreco alimentare in ambito domestico: Analisi in ottica di sostenibilità ambientale nel contesto domestico. Abitudini, errori e possibili soluzioni, anche tecnologiche, utili per ridurre al minimo lo spreco attuale.

LIBRO DI TESTO:

Scienza e cultura degli alimenti – Vol. 3 – A. Machado – Poseidonia Scuola - Mondadori Education

METODI E STRUMENTI:

Didattica frontale e dialogata

Didattica digitale integrata

Brainstorming

Cooperative learning

Lezione segmentata

Problem solving su casi reali (Articoli di giornale)

MODALITÀ DI VERIFICA E VALUTAZIONE:

Verifica formativa con brainstorming generale e creazione di mappe concettuali alla LIM

Verifica sommativa con test strutturati o semi strutturati

Verifiche orali

San Colombano Certenoli, Calvari (GE)

11/06/2026