



PROGRAMMA SVOLTO

Scienza e Cultura dell'Alimentazione

Classe: III Sezione I, plesso di Arbus

Anno scolastico: 2025/2026

Docente: Giovanni Giuseppe Scanu

Ore settimanali: 4

**Libro di testo: Scienza e cultura dell'alimentazione. Progetto Riforma Professionali.
Per gli Istituti Professionali Alberghieri (Vol. 3), ISBN 9788848265584.**

UDA 1 – Elementi di dietetica e nutrizione

- Macronutrienti e micronutrienti.
- Funzioni nutritive degli alimenti.
- Gruppi alimentari.
- Fabbisogno energetico.
- Dieta equilibrata e Linee Guida per una sana alimentazione.
- Lettura e interpretazione delle etichette alimentari.
- Alimentazione sostenibile.
- Spreco alimentare.
- Ristorazione collettiva e sue tipologie.

UDA 2 – I prodotti vegetali

- Frutta e ortaggi: classificazione, composizione chimica e valore nutrizionale.
- Funghi: caratteristiche generali e aspetti alimentari.
- Conservazione dei prodotti vegetali.
- Effetti della cottura sui nutrienti.
- Cereali: struttura del chicco e principali caratteristiche.
- Frumento duro e frumento tenero.
- Farine e derivati.
- Glutine e proprietà tecnologiche.
- Impasto, lievitazione e panificazione.
- Legumi: caratteristiche nutrizionali e impiego alimentare.
- Tecniche di preparazione e cottura dei legumi.

UDA 3 – Prodotti di origine animale

- Composizione chimica e valore nutrizionale del latte.
- Tipologie di latte destinate al consumo alimentare.
- Trattamenti termici del latte.
- Fermentazione lattica.
- Produzione dei formaggi.
- Coagulazione del latte.
- Classificazione dei formaggi.
- Formaggi freschi e stagionati.
- Aspetti nutrizionali dei principali prodotti lattiero-caseari.
- Cenni sulle uova.

Guspini, 4 giugno 2026

Il Docente
Giovanni Giuseppe Scanu

Gli studenti
