

  <p>CERTIFICAZIONE AGENZIA FORMATIVA n. 34423/A/0001/UK/It</p>	 <p><b>ISTITUTO STATALE D'ISTRUZIONE SUPERIORE</b> <b>“R. DEL ROSSO - G. DA VERRAZZANO”</b> <b>Via Panoramica, 81 - 58019 - Porto S.</b> <b>Stefano (GR)</b> <b>Telefono +39 0564 812490/0564 810045</b> <b>Fax +39 0564 814175</b> <b>C.F. 82002910535 (GRIS00900X)</b></p>	  <p>CERTIFICATO N. 50 100 14484 Rev.004</p>
<p>Sito web: <a href="http://www.daverrazzano.it">www.daverrazzano.it</a> e-mail: <a href="mailto:gris00900x@istruzione.it">gris00900x@istruzione.it</a> - <a href="mailto:segreteria@daverrazzano.it">segreteria@daverrazzano.it</a> Posta elettronica certificata: <a href="mailto:gris00900x@pec.istruzione.it">gris00900x@pec.istruzione.it</a></p>		

## ISTITUTO DI ISTRUZIONE SECONDARIA SUPERIORE “R. DEL ROSSO G. DA VERRAZZANO”

### Istituto Enogastronomico

#### Indirizzo: ACCOGLIENZA TURISTICA

#### DISCIPLINA: SCIENZA E CULTURA DELL’ALIMENTAZIONE

#### DOCENTE: LAURA ZANDONAI

#### PROGRAMMA SVOLTO classe 4 C AT anno scolastico 2023-2024

#### NUCLEO TEMATICO: PRINCIPI NUTRITIVI

##### ***I Glucidi***

- classificazione dei glucidi
- fonti alimentari
- caratteristiche dei monosaccaridi (glucosio, fruttosio, galattosio)
- caratteristiche disaccaridi (saccarosio, maltosio, lattosio)
- classificazioni dei polisaccaridi
- amido, cellulosa, glicogeno
- la fibra alimentare
- funzioni che i glucidi svolgono nell'organismo umano
- il fabbisogno dei glucidi e le raccomandazioni nutrizionali

##### ***I Protidi***

- gli amminoacidi
- amminoacidi essenziali e amminoacido limitate
- classificazione delle proteine in base al valore biologico
- la complementarietà delle proteine
- la denaturazione proteica
- gli enzimi
- funzioni che i protidi svolgono nell'organismo umano
- il fabbisogno dei protidi e le raccomandazioni nutrizionali

##### ***I Lipidi***

- classificazione dei lipidi (oli e grassi)
- i trigliceridi

  <p>CERTIFICAZIONE AGENZIA FORMATIVA n. 34423/A/0001/UK/It</p>	 <p><b>ISTITUTO STATALE D'ISTRUZIONE SUPERIORE</b> <b>“R. DEL ROSSO - G. DA VERRAZZANO”</b> <b>Via Panoramica, 81 - 58019 - Porto S.</b> <b>Stefano (GR)</b> <b>Telefono +39 0564 812490/0564 810045</b> <b>Fax +39 0564 814175</b> <b>C.F. 82002910535 (GRIS00900X)</b></p>	  <p>CERTIFICATO N. 50 100 14484 Rev.004</p>
<p>Sito web: <a href="http://www.daverrazzano.it">www.daverrazzano.it</a> e-mail: <a href="mailto:gris00900x@istruzione.it">gris00900x@istruzione.it</a> - <a href="mailto:segreteria@daverrazzano.it">segreteria@daverrazzano.it</a> Posta elettronica certificata: <a href="mailto:gris00900x@pec.istruzione.it">gris00900x@pec.istruzione.it</a></p>		

- gli acidi grassi: saturi, insaturi, cis, trans ed essenziali (omega 3 e mega 6)
  - il colesterolo (endogeno, esogeno, funzioni, LDL e HDL)
  - funzioni che i lipidi svolgono nell'organismo umano
  - il fabbisogno dei lipidi e le raccomandazioni nutrizionali
- Periodo svolgimento: settembre – dicembre 2023**  
**totale ore: 30**

#### **NUCLEO TEMATICO: STORIA DELL'ALIMENTAZIONE**

- l'alimentazione nella preistoria
- l'alimentazione nell'antico Egitto
- l'alimentazione nel popol Etrusco
- l'alimentazione nell'antica Grecia e Magna Grecia
- l'alimentazione nell'antica Roma

**Periodo svolgimento: dicembre 2023 – giugno 2024**  
**totale ore: 11**

#### **NUCLEO TEMATICO educazione civica: PARI OPPORTUNITA'**

- l'alimentazione nell'uomo e nella donna
- l'alcol e le donne

**Periodo svolgimento: febbraio 2024**  
**totale ore: 6**

#### **NUCLEO TEMATICO: ENOGASTRONOMIA IN ITALIA**

- enogastronomia nel Nord Italia (Piemonte, Lombardia, Veneto)
- enogastronomia in Toscana, Centro Italia (Liguria, Emilia-Romagna, Marche, Abruzzo, Lazio, Toscana), Sardegna
- enogastronomia nel Sud Italia (Campania, Puglia, Sicilia)

**Periodo svolgimento: febbraio – maggio 2024**  
**totale ore: 28**

**Osservazioni:** a partire dal 20 maggio fino alla fine delle lezioni, gli alunni sono stati impegnati nelle attività di stages presso le aziende del territorio.

Il docente: *Laura Zandonai*