

PLANO DE ENSINO

CURSO:	Técnico em Nutrição e Dietética		
SÉRIE/PERÍODO:	2º.	ANO:	2011
DISCIPLINA:	Técnica Dietética e Composição de Alimentos		
PROFESSOR(A):	Renata de Souza Ferreira		
CARGA HORÁRIA TOTAL:	60 horas	NÚMERO TOTAL DE AULAS:	80

PRÉ-REQUISITOS

Não há.

OBJETIVOS

- Demonstrar e aplicar as técnicas adequadas de seleção, armazenamento, aproveitamento, higienização e preparo de alimentos.
- Demonstrar e aplicar as técnicas adequadas de preparo aos diferentes grupos de alimentos: Frutas, Hortaliças, Leite e derivados, Ovos, Carnes, Aves e Pescados, Cereais, Leguminosas, Pães, Óleos e Gorduras, Açúcares e Edulcorantes, Caldos, Molhos e Sopas, Essências, Especiarias e Ervas Aromáticas, Bebidas e Infusos.
- Introduzir noções de boas práticas de fabricação e de conservação do valor nutricional dos alimentos.
- Demonstrar os tipos de Dietas Modificadas necessárias para a adequação dietoterápica: - Restrição e sódio; Restrição em potássio; Modificadas quanto à consistência; Dieta Enteral Artesanal.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

1. Introdução

- 1.1. Apresentação e Normas para utilização do Laboratório de Técnica Dietética
- 1.2. Técnica Dietética: Fundamentos, Objetivos e Aplicabilidade
- 1.3. Introdução ao preparo de alimentos
- 1.4. Medidas e Porcionamento
- 1.5. Cocção
- 1.6. Indicadores no Preparo de Alimentos
- 1.7. Etapas do Manuseio dos Alimentos: Recepção, Higienização, Armazenamento, Pré-preparo, Preparo, Controle de Sobras, Descarte.

2. Preparo dos Alimentos na Cozinha Dietética

- 2.1. Frutas
- 2.2. Hortaliças
- 2.3. Cereais e Tubérculos
- 2.4. Leguminosas
- 2.5. Carnes, Aves e Pescados
- 2.6. Ovos
- 2.7. Essências, Especiarias e Ervas Aromáticas
- 2.8. Leite e derivados
- 2.9. Agentes de crescimento

- 2.10. Óleos e Gorduras
- 2.11. Açúcares e Edulcorantes
- 2.12. Bebidas e Infusos
- 2.13. Caldo, Molhos e Sopas
- 3. Dietas Modificadas**
- 3.1. Restrição de sódio
- 3.2. Restrição de potássio
- 3.3. Quanto à consistência
- 3.4. Dieta Enteral Artesanal

METODOLOGIA DE ENSINO

Exposição oral.
Esquematização do assunto.
Recursos audiovisuais: projetor multimídia; quadro e giz.

AVALIAÇÃO

Prova – 60 Pontos
Relatório de Aula Prática – 30 Pontos
Participação na Aula Prática – 10 Pontos

BIBLIOGRAFIA BÁSICA

1. CASTRO, F. A. F.; QUEIROZ, V. M. V. **Cardápios: Planejamento, elaboração e etiqueta**. Viçosa, MG: Editora UFV, 1998. 29 p. (Cadernos didáticos).
2. CRAWFORD, A. McD. **Seleção e preparo de alimentos**. 2. ed. Rio de Janeiro: Record, 1985. 383 p.
3. ORNELLAS, L.H. **Técnica Dietética: seleção e preparo de alimentos**. 7. ed. ver. e ampl. São Paulo: Atheneu Editora, 2001. 330 p.
4. SÁ, N. G. **Nutrição e Dietética**. 5. ed. ver. e ampl. São Paulo: Nobel, 1984. 174 p.

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

1. ABERC. **Manual ABERC de práticas de elaboração e serviço de refeições para coletividades**. 8. ed. São Paulo: ABERC, 2003. 288 p.
2. CASTRO, F. A. F.; AZEREDO, R. M. C.; SILVEIRA, I. L. **Estudo experimental dos alimentos: Uma abordagem prática**. Viçosa, MG: Editora UFV, 2004. 102 p. (Cadernos didáticos).
3. CUPPARI, L. **Nutrição Clínica no Adulto**. Guias de Medicina Ambulatorial e Hospitalar UNIFESP/ Escola Paulista de Medicina. 2. ed. São Paulo: Editora Manole, 2005).
4. GRISWOLD, A. D. **Seleção e preparo de alimentos**. São Paulo: Editora da USP.
5. HAZELWOOD, D.; MCLEAN, A.C. **Manual de higiene para manipuladores de alimentos**. São Paulo: Varela, 1994. 140 p.
6. LOPES, M. N. F. **Técnica Dietética e Composição de Alimentos: Manual de Aulas Práticas**. Viçosa: Universidade Federal de Viçosa, 1993. 89 p.
7. PHILIPPI, S.T. **Nutrição e Técnica Dietética**. Barueri, SP: Manole, 2003. 390 p.

Barbacena, _____

Assinatura do Professor Responsável pela Disciplina