

CATALOGO DEL SAPERE

1. Denominazione modulo: PREPARAZIONE DEI PASTI REGOLARI

2. Obiettivi operativi:

L'allievo è capace di:

- preparare diverse pietanze per i pasti giornalieri regolari,
- scegliere alimenti di stagione adatti nella preparazione dei pasti e dei menu,
- rispettare i fondamenti che disciplinano la stesura del menu e il rispettivo valore energetico,
- differenziare tra gli alimenti di facile e difficile digeribilità,
- utilizzare metodi moderni di preparazione del cibo e seguire le determinate tendenze alimentari,
- predisporre tutta l'attrezzatura e gli ingredienti per una preparazione veloce delle pietanze su ordinazione,
- preparare le pietanze in modo sano con alimenti sicuri secondo le raccomandazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità,
- sviluppare capacità sensoriali.

3. Competenze professionali

- compila e prepara menu giornalieri
- prepara pasti su ordinazione
- prepara pasti elaborati da alimenti di categorie diverse e tiene conto del loro valore nutrizionale

4. Obiettivi operativi:

OBIETTIVI GENERALI	OBIETTIVI FORMATIVI
<p><i>L'allievo:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• conosce le regole di base nella stesura del menu,• sa ordinare gli alimenti e descrivere la struttura del menu,• abbina opportunamente gli alimenti nel menu secondo la stagione,• calcola il valore energetico e nutrizionale delle pietanze,• motiva la pianificazione del proprio lavoro in base al menu,• calcola il valore nutrizionale della pietanza,• confronta il valore nutrizionale dei pasti con le raccomandazioni dietetiche,• distingue il metodo di lavoro nella cucina <i>à la carte</i> e le altre cucine,• conosce l'importanza della	<p><i>L'allievo è capace di:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• comporre i menu – menu per pasti giornalieri regolari con l'utilizzo di TIC,• scegliere cibi adatti per un pasto o un'occasione particolare,• scegliere alimenti con prezzi idonei per la preparazione dei singoli pasti,• scegliere alimenti di stagione per la preparazione dei pasti,• preparare i pasti con tutte le categorie di alimenti,• preparare diversi tipi di colazione,• preparare merende calde e fredde,• preparare <i>la mise en place</i> per i piatti su ordinazione e decorare le pietanze,• preparare le salse di base,• preparare le pietanze con il metodo della "cucina in sala",

<p>preparazione anticipata delle pietanze nella cucina <i>à la carte</i>,</p> <ul style="list-style-type: none"> • spiega <i>la mise en place</i> per stili di servizio diversi (servizio al piatto, preparazione del piatto davanti al cliente...) • valuta gli alimenti precotti e semilavorati, • spiega l'importanza dell'organizzazione e dell'ordine nel servizio ristorativo, dell'igiene, della comunicazione e del lavoro della brigata in cucina, • considera ed elenca i consigli per una alimentazione equilibrata e sana • motiva i vantaggi dell'utilizzo di determinati alimenti e la preparazione corretta per la salute, • pianifica le pietanze per le singole fasce di età e per consumatori con esigenze particolari, • conosce le caratteristiche di alcune diete alimentari più frequenti, • motiva l'impiego di alimenti permessi e non nelle singole diete alimentari, • conosce gli effetti stimolanti degli alimenti, • sceglie gli alimenti e sa creare un pasto della cucina alternativa. 	<ul style="list-style-type: none"> • essere abile, nella preparazione veloce delle pietanze con tecniche di cottura innovative • utilizzare cibi precotti e alimenti di trasformazione industriale e conservarli in modo adeguato, • usare alimenti surgelati e parzialmente scongelati, • preparare pietanze con alimenti biologici con metodi di cottura idonei, • preparare pietanze per diete alimentari specifiche e frequenti • preparare pietanze della cucina alternativa.
--	--