

PROGRAMA DE DISCIPLINA

DISCIPLINA: Técnica Dietética

CÓDIGO: NUT072

DEPARTAMENTO: Departamento de Nutrição

CARGA HORÁRIA TEÓRICA	CARGA HORÁRIA PRÁTICA	CRÉDITOS
30	60	06

VERSÃO CURRICULAR: 2016/1

PERÍODO: 5º

CLASSIFICAÇÃO DA DISCIPLINA: (X) Obrigatória () Optativa

PRÉ-REQUISITOS

Nenhum

EMENTA

Seleção e aquisição de alimentos, características de qualidade, técnicas de preparo e cocção específicas para os grupos de alimentos de origem vegetal e animal. Aplicação das propriedades dos açúcares, óleos, gorduras e condimentos em dietética. Processos culinários e aplicação de técnicas de transformação dos alimentos. Diferentes índices e cálculos para conversão de alimentos. Técnicas utilizadas para conservar alimentos, preservar o seu valor nutritivo e melhorar a digestibilidade.

OBJETIVO GERAL

Conhecer os grupos de alimentos e as diversas formas de prepará-los tanto em situações normais como especiais, associando a técnica dietética e a gastronomia com o intuito de obter bons resultados nutricionais e sensoriais.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Compreender a estrutura básica de uma cozinha industrial;
- Estudar e praticar as técnicas dietéticas básicas utilizadas em serviços de alimentação tais como cortes, métodos de cocção, fundos, molhos;
- Conhecer os diversos grupos de alimentos no que diz respeito à sua composição, aquisição, recebimento, armazenamento, pré-preparo, preparo, utilização, alterações físico-químicas e sensoriais;
- Praticar as técnicas dietéticas específicas conforme os grupos de alimentos;
- Analisar as preparações do ponto de vista dietético e sensorial.

METODOLOGIA

Aulas teóricas expositivas e ilustradas;
 Apresentação de temas na forma de seminários;

Utilização de metodologia de construção de portfólios avaliativos;
Aulas práticas em laboratório de técnica dietética.

AVALIAÇÃO*Periódica:*

Relatórios das aulas práticas – 11 relatórios (2 pontos cada): 22 pontos

Portifólio Avaliativo: 20 pontos

Provas: 2 provas (25 pontos cada): 50 pontos

Estudos Dirigidos ao longo do percurso: 8 pontos

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

1. Introdução à técnica dietética

1.1 Layout de ambiente de trabalho de acordo com a tipologia do serviço de alimentação

1.2 Equipamentos e utensílios básicos

1.3 Princípios de análise sensorial: os cinco sentidos, métodos afetivos e discriminatórios, cabines sensoriais

2. Bases da cozinha dietética

2.1 Metodologia de pesos e medidas

2.2 Métodos de cocção (convecção, condução, irradiação)

2.3 Fundos e molhos

3. O estudo dos grupos de alimentos e a técnica dietética

3.1 Frutas e hortaliças: tipos, aquisição, recebimento, armazenamento, pré-preparo (tipos de corte), preparo e apresentação do prato final; cortes e cálculo do indicador da parte comestível (IPC)

3.2 Leguminosas: tipos, aquisição, recebimento, armazenamento, pré-preparo, preparo e apresentação do prato final; cocção e cálculo do indicador de conversão (IC) e indicador de hidratação (IH)

3.3 Cereais: tipos, aquisição, recebimento, armazenamento, pré-preparo, preparo e apresentação do prato final; cocção e cálculo do indicador de conversão (IC) e indicador de hidratação (IH)

3.4 Açúcares e seus substitutos: tipos, aquisição, recebimento, armazenamento e utilização em técnica dietética

3.5 Ervas e especiarias

3.6 Fermentos (físico, químico e biológico): tipos, aquisição, recebimento, armazenamento e utilização em técnica dietética

3.7 Óleos de gorduras e substitutos: tipos, aquisição, recebimento, armazenamento e utilização em técnica dietética

3.8 Ovos: tipos, aquisição, recebimento, armazenamento e utilização em técnica dietética

3.9 Leite e derivados: tipos, aquisição, recebimento, armazenamento e utilização em técnica dietética

3.10 Carnes, aves e pescados: tipos, aquisição, recebimento, armazenamento, pré-preparo, preparo e apresentação do prato final.

3.11. Dietas especiais

BIBLIOGRAFIA***BIBLIOGRAFIA BÁSICA***

- ARAÚJO, WMC. e cols. Allquimia dos Alimentos. Editora SENAC. Série Alimentos e Bebidas, vol. 2, 2008;
- BOBBIO, P. A.; BOBBIO, F.O. *Química do processamento de alimentos*. 3.ed. São Paulo: Atheneu, 2001
- CAMARGO, EB; BOTELHO, RA. *Técnica dietética: seleção e preparo de alimentos: manual de laboratório*. São Paulo: Atheneu, 2005;
- ORNELLAS, L.H. *Técnica dietética: seleção e preparo de alimentos*. 7.ed. São Paulo: Atheneu, 2001
- PHILIPPI, S.T. *Nutrição e técnica dietética*. Barueri: Manole, 2003

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

- GRISWOLD, R. M. *Estudo experimental dos alimentos*. São Paulo: Edgard Blucher, 1972.
- THIS, H. *Um cientista na cozinha*. 4.ed. São Paulo: Ática, 2003
- TEICHMANN, I. *Tecnologia culinária*. Caxias do Sul: EDUCS, 2000