

ELED.4 | Alimentazione e salute - comprendere le correlazioni e agire in maniera consapevole

◀ Competenze precedenti: NEUS.1.3

Rimandi incrociati

4. Gli allievi sanno preparare cibi tenendo conto di aspetti legati alla salute.

Preparazione dei cibi

ELED.4.4

Gli allievi ...

3	a	» sanno tenere conto degli effetti di microorganismi nella gestione del cibo (ad es. conservabilità, igiene, preparazione).  igiene nella gestione degli alimenti, microorganismi	
	b	» sanno preparare pietanze in maniera autonoma con l'ausilio di una ricetta.	
	c	» sanno tenere conto di caratteristiche degli alimenti durante la trasformazione e la preparazione (ad es. conservazione di gusto, consistenza, valore nutritivo; mutamento per effetto della temperatura, acqua, grasso).  preparazione idonea dal punto di vista alimentare	
	d	» sanno scegliere e preparare pietanze tenendo conto di aspetti legati alla salute e all'ecologia (ad es. valore energetico e nutritivo degli alimenti, preparazione che conservi le sostanze nutritive, alimenti di stagione).	
	e	» sanno pianificare e preparare pasti in modo adeguato alla situazione (ad es. avere poco tempo a disposizione per preparare cibo, tenere conto di intolleranze alimentari, utilizzare gli alimenti disponibili, possibilità finanziarie).  pianificazione dei pasti	