



DISCIPLINA: Planejamento e Preparo de Alimentos II	
Vigência: a partir de 2018/2	Período letivo: 2º módulo
Carga horária total: 60h	Código: PRF.70
Ementa: Estudo de técnicas de preparo dos alimentos na alimentação escolar. Estabelecimento de relações entre alimentos submetidos à cocção e formas de produzir um alimento mais saudável. Análise da segurança alimentar, da deterioração e da conservação de alimentos. Reflexão sobre o papel do nutricionista na alimentação escolar. Reflexão sobre o guia alimentar da população brasileira e a importância de hábitos saudáveis desde a infância. Busca de compreensão da transição nutricional e doenças crônicas não transmissíveis. Estudo da mídia e sua influência sobre os hábitos alimentares não saudáveis. Reflexão sobre padrão de beleza e transtornos alimentares.	

Conteúdos

UNIDADE I – Técnica de Preparo dos Alimentos na Alimentação Escolar

- 1.1 Etapas que precedem o preparo de alimentos
- 1.2 Preparo dos alimentos

UNIDADE II – Alimentos Submetidos à Cocção e Formas de Produzir um Alimento mais Saudável

- 2.1 Principais alimentos submetidos à cocção

UNIDADE III - Segurança Alimentar, Deterioração e Conservação de Alimentos

- 3.1 Segurança alimentar e deterioração de alimentos
 - 3.1.1 Segurança alimentar
 - 3.1.2 Deterioração de alimentos
- 3.2 Conservação dos alimentos
 - 3.2.1 Principais formas de conservação dos alimentos
 - 3.2.2 Principais erros que geram contaminação durante o preparo
 - 3.2.3 Temperatura de segurança para os alimentos
 - 3.2.4 Contaminação cruzada
 - 3.2.5 Cuidados com os alimentos e ambiente.
 - 3.2.6 Higiene pessoal

UNIDADE IV - O Papel do Nutricionista na Alimentação Escolar

- 4.1 Aspectos gerais

UNIDADE V - Guia Alimentar da População Brasileira e a Importância de Hábitos Saudáveis desde a Infância

- 5.1 Diferença entre culinária e gastronomia
- 5.2 Como transformar um cardápio numa refeição
- 5.3 Pesos e medidas

UNIDADE VI – Nutricionista na Alimentação Escolar

- 6.1 Aspectos gerais



Serviço Público Federal
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Sul-rio-grandense
Pró-Reitoria de Ensino

UNIDADE VII - Mídia e Hábitos Alimentares

7.1 Influência da mídia

7.2 Mídia e alimentação

UNIDADE VIII - Padrão de Beleza e Transtornos Alimentares

8.1 Padrão de beleza

8.2 Transtornos alimentares

Bibliografia básica

CUPPARI, Lílian. **Guia de nutrição**: nutrição clínica no adulto. Barueri, SP: Manole, 2002.

KRAUSE, M. V.; MAHAN, L. K. **Alimentos, nutrição e dietoterapia**. 6. ed. São Paulo: Roca, 2003.

ORNELLAS, Liselotte. **Técnica Dietética**: seleção e preparo de alimentos. 7. ed. São Paulo: Atheneu Editora, 2001.

Bibliografia complementar

ACCIOLY, E.; SAUDERS, C.; LACERDA, E. M. A. **Nutrição em obstetrícia e pediatria**. Rio de Janeiro: Editora Cultura Médica, 2005.

GUAGLIARD, Eduardo. **Pequeno guia de alimentação saudável e consumo responsável**. Cascavel, PR: Coluna do Saber, 2004. 52p.

PHILIPPI, Sônia. **Nutrição e técnica dietética**. 2. ed. São Paulo: Manole, 2006.

PINHEIRO, Ana Beatriz. **Tabela para avaliação de consumo alimentar em medidas caseiras**. 5.ed. São Paulo: Atheneu, 2004.

SANTOS Jr., Clever. **Manual de BPF, POP e registros em estabelecimentos alimentícios**. 1.ed. São Paulo: Rúbio, 2011.