

FICHA TÉCNICA DEL CURSO

Nombre del curso: Nutrición y dietética en pastelería

Duración: 10h

Modalidad: Online

Objetivo

- Identificar y aplicar los principios básicos de higiene, dietética y nutrición en el diseño de la oferta de pastelería seleccionada, con el objetivo de que esta oferta sea más productiva, saludable y actual.

Contenido

1. Dietética. Concepto y finalidad.
2. Necesidades nutricionales y energéticas en las distintas etapas de la vida.
3. Metabolismo.
4. Dietas y estilos de vida.
5. Conceptos de alimentos y alimentación.
6. Grupos de alimentos.
7. Pirámide de los alimentos.
8. Alimentación y salud. Hábitos alimentarios sanos. Nuevos hábitos alimentarios.
9. Concepto y nutrición.
10. Nutrientes. Degradación de nutrientes.