



DISCIPLINAS

CÓDIGO		NOME	
NUT 152		Técnica Dietética I	

CARGA HORÁRIA				CRÉDITOS	ASSINATURA DO CHEFE DO DEPARTAMENTO	ANO
T	P	E	TOTAL			
17	68	-	85	03		2009.1

EMENTA / OBJETIVOS

EMENTA

Estudos dos alimentos, das suas características e composição química. Caracterização dos alimentos como principais fontes de nutrientes. Grupos de alimentos e valor energético. Pesos e medidas. Alimentos equivalentes. Per Capita. Compra de Alimentos. Fator de correção. Técnicas de manipulação de matérias-primas alimentares utilizando diferentes tipos de cocção.

OBJETIVOS

- Identificar as características e composição química dos alimentos.
- Identificar os pesos e medidas de alimentos e preparações
- Identificar os alimentos por grupos de alimentos
- Estabelecer os principais métodos de pré-preparo e preparo para os diferentes tipos de alimentos
- Identificar as etapas de elaboração de cardápio
- Identificar os principais critérios de reconhecimento do bom estado de um alimento para compra

METODOLOGIA

1 - Aulas teóricas - serão desenvolvidas através da exposição oral participada.

2 - Aulas práticas - serão desenvolvidas através atividades práticas no Laboratório de Técnica Dietética da Escola de Nutrição.

3 - Avaliação - será realizada através de relatórios, trabalhos e provas.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- Laboratório de Técnica Dietética: Conceito, Requisitos básicos para um laboratório.
 - Conceitos básicos em técnica dietética: grupos de alimentos, nutrientes. Referências bibliográficas (incluindo tabelas de alimentos).
 - Teoria de Mensuração de alimentos e legislações/guia alimentar brasileiro 2006 e prática de Mensuração de alimentos
 - Métodos de cocção e transformações dos alimentos. Microondas, cocção a vapor, calor úmido e seco, assado, grelhado. Prática: utilização dos diversos métodos de cocção e análise sensorial dos produtos.
 - Cardápios - Parte 1: Fatores determinantes no planejamento; Estrutura de um cardápio; Tipos de preparações e acompanhamentos. Tabelas de Composição de Alimentos. Prática: Planejamento e cálculo de cardápios.
 - Análise sensorial dos alimentos. Prática: Provas práticas de análise sensorial dos alimentos.
 - Cereais e derivados: Composição química; Tipos; Pré-preparo e preparo; Modificações nutricionais durante a cocção; Preparações; Per Capita. Prática 1: Gelatinização e gelificação do amido. Prática 2: Elaboração de pães e avaliação de parâmetros físico-químicos.
 - Açúcares e derivados: tipos de açúcares, edulcorantes, reações químicas durante o processamento. Prática: Elaboração de produtos à base de açúcar e ovos.
 - Ovos: Composição química; Tipos; Pré-preparo e preparo; Modificações nutricionais durante a cocção; Preparações; Per Capita. Prática: Preparações, espumas e efeito do aquecimento sobre as proteínas.
 - Bebidas.
 - Óleos e gorduras: Composição química; Tipos; Pré-preparo e preparo; Modificações nutricionais na cocção; Preparações. Prática: Influência da fritura sobre absorção lipídica e formação de compostos de polimerização.
 - Carnes: Composição química; Tipos; Características das carnes próprias e impróprias para consumo; Pré-preparo e preparo; Modificações nutricionais durante a cocção; Preparações; Per Capita. Prática: Técnicas de amaciamento, pH, métodos de cocção. Molhos básicos (teórico).
 - Aves, Suíno, peixes e carnes exóticas: Composição química; Tipos; Características das carnes próprias e impróprias para consumo; Pré-preparo e preparo; Modificações nutricionais durante a cocção; Preparações; Per Capita. Prática1: Vídeo cortes de carne. Prática 2: Embutidos.
 - Cardápios: Gastronomia Nacional e Internacional. Cardápios regionais Brasileiros. Cardápio Internacional.
 - Leite e derivados: (Queijos, iogurte, manteiga, creme de leite). Composição química, tipos, Modificações nutricionais durante a cocção. Preparação e “per-capita”. Prática: Tipos de leite e queijos, fabricação de queijo e per capita, chantilly.
 - Hortaliças: Composição química, tipos, Modificações nutricionais durante a cocção. Preparação e “per-capita”. Prática: Hortaliças - Pigmentos, cortes e métodos de cocção.
 - Frutas: Composição química, tipos, Modificações nutricionais durante a cocção. Preparação e “per-capita”. Prática: Hortaliças e Frutas - pectina e inibição da polifenoloxidase e peroxidase.
-

BIBLIOGRAFIA

BÁSICA

ARAÚJO, M.O. D.; GUERRA, T.M.M. **Alimentos “Per Capita”**. Natal: Ed. da Universidade do Rio Grande do Norte, 1992. 181p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº360, de 23 de dezembro de 2003b. Aprova Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados, tornando obrigatória a rotulagem nutricional. Disponível em: <<http://www.anvisa.gov.br>>. Acesso em: 29 de fevereiro de 2008.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretária de Vigilância Sanitária. RESOLUÇÃO Nº 360 de 23 dezembro de 2003. Aprovar o Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados, tornando obrigatória a rotulagem nutricional. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, 26 de dezembro de 2003. Disponível em: <<http://www.anvisa.gov.br>> Acesso em: 29 de fevereiro de 2008.

BRASIL, Ministério do Trabalho e Emprego, da Fazenda, da Saúde, da Previdência Social e do Desenvolvimento Social e Combate à fome. PORTARIA INTERMINISTERIAL Nº. 66, DE 25 DE AGOSTO DE 2006. Altera os parâmetros nutricionais do Programa de Alimentação do Trabalhador - PAT. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, 28 de agosto de 2006. Disponível em: www.mte.gov.br/legislacao/portarias/2006/p_20060825_66.pdf. Acesso em: 29 de fevereiro de 2008.

BRASIL, Ministério da Educação, Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação, Conselho Deliberativo Resolução/Fnde/cd/ No 32 DE 10 DE AGOSTO DE 2006. Estabelecer as normas para a execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar -PNAE. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, agosto de 2006. Disponível em: ftp://ftp.fnde.gov.br/web/resolucoes_2006/res032_10082006.pdf. **Acesso em: 29 de fevereiro de 2008.**

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Guia alimentar para a população brasileira. Brasília, Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: <dtr2004.saude.gov.br/nutricao/publicacoes.php>. **Acesso em: 29 de fevereiro de 2008.**

BOBBIO, F. O.; BOBBIO, P. A. **Química do Processamento de Alimentos**. São Paulo: Ed. Livraria Varela, 1992. 151p.

BOBBIO, F.O.; BOBBIO, P. A. **Manual de Laboratório de Química de Alimentos**. São Paulo: Ed.Varela, 1995. 129 p.

CRAWFORD, M.A. **Alimentos, seleção e preparo - Um guia indispensável em todas as boas comidas**. Rio de Janeiro: Distribuidora Record de Serviços de Imprensa S.A., 1966. 387p.

FENNEMA, O.R. **Química de los Alimentos**. Espanha (Zaragoza): Ed. Acribia, 1993. 1095 p.

FRANCO, G. **Tabela de Composição Química de Alimentos**. 9ed. São Paulo: Ed. Atheneu, 2002. 307 p.

FRANCO, G.; CHALOUB, S.R. **Dietas e Receitas: Valores Calóricos e Propriedades Gerais dos Alimentos**. Rio de Janeiro: Ed. Atheneu, 1992. 395 p.

GRISWOLD, R.H. **Estudo Experimental dos Alimentos**. Trad. Avany Correa. 1ª ed., São Paulo: Ed. Edgar Blucher, 1972. 469p. (Traduzido: The Experimental Study of Foods).

ORNELLAS, L. H. **Técnica Dietética: Seleção e Preparo de Alimentos**. 7 ed. São Paulo: Ed. Atheneu, 2001. 330 p.

PINHEIRO, A.B.V., LACERDA, E.M.A., BENZECRY, E.H., E COSTA, V.M. **Tabela para avaliação de consumo alimentar em medidas caseiras**. São Paulo: Ed. Atheneu, 2005. 131 p.

SILVA, S. M. C. S., BERNARDES, S. M. **Cardápio: Guia Prático para elaboração**. São Paulo: Ed. Atheneu, 2004. 191 p.

TABELA BRASILEIRA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS. 2ed. Campinas, SP: Nepa-Unicamp, 2006. Disponível em: www.anvisa.gov.br/alimentos/tabela_nepa.htm. **Acesso em: 29 de fevereiro de 2008.**

COMPLEMENTAR

ARAÚJO, W. M.C.; MONTEBELLO, N. P. BOTELHO, R. B. A.; BORGIO, L. A. **Alquimia dos alimentos**, 2 - Brasília: Ed. Senac Distrito Federal, 2007. 560p.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. NBR 13170: **Teste de Ordenação em Análise Sensorial**. Rio de Janeiro, 1994.

BELITZ, H.D. Y GROSH, W. - **Química de los Alimentos**. 2 ed. Espanha (Zaragoza): Ed. Acribia, 1997. 1087 p.

BEM, M. **Quanto pesa ? Tabela de Pesos e Medidas dos Alimentos**. 1ª ed. Porto Alegre, 1996.

BOTELHO, R. B. A.; CAMARGO, Érika . **Técnica Dietética - Seleção e Preparo de alimentos - Manual de laboratório**. 1ª. ed. v. 01. São Paulo: Atheneu, 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 90, de 18 de outubro de 2000. Aprova o regulamento técnico para fixação de identidade e qualidade de pão. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**, Brasília, outubro de 2000. Disponível em <www.anvisa.gov.br>. Acesso em: 15 de março de 2006.

CATANHO, P.T.; MACIEL, M. I. S. Avaliação dos parâmetros físicos e sensoriais de pães de forma, com 30 % de produtos sucedâneos. **Revista Higiene Alimentar**, vol. 19, n, 137. p. 13-20, 2005.

CHEFTEL, J.C. E LORIENT, J.J.C.D. Proteínas Alimentares - bioquímica, propriedades funcionais, valor nutritivo, modificaciones químicas. Espanha (Zaragoza): Ed. Acribia, 1989. 346 p.

COENDERS, A. **Química culinaria. - Estudio de lo que les sucede a los alimentos antes, durante y después de la cocción**. Espanha (Zaragoza): Ed. Acribia, 1996.

COULTATE, T.P., **Manual de química y bioquímica de los alimentos**. Espanha (Zaragoza): Ed. Acribia, 1979.

DUTCOSKY, S. D. **Análise Sensorial de Alimentos**. Curitiba: Ed. Champagnat, 1996. 123p.

-
- HERNANDO, I. et. al. **Práticas de transformaciones químicas en el procesado de alimentos**. Valencia (Espanha): Ed. de la Universidad Politécnica de Valencia, 1997.
- JORGE, N. Utilização do Kit oil para avaliação da alteração dos óleos de fritura. **Revista Higiene Alimentar**. São Paulo: GT Editora, v 14, n 75, 2000.
- LUNA, N. M. M. **Técnica Dietética – modelo experimental para a graduação**, Cuiabá: EDUFMT, 1999.
- MARTINS, M. H. S. **Valor nutritivo dos alimentos: pesos médios, frações e medidas caseiras**. Recife: 1982.
- MICHELS, I.; AMSON, G. V.; VAZ, S. K. Determinação de perda de peso e encolhimento de hambúrgueres bovinos. **Revista Higiene Alimentar**, vol. 20, n, 144. p. 72-77, 2006.
- MOREIRA, M. A. **Medidas Caseiras no Preparo de Alimentos**. Goiânia: AB, 1995, 128 p.
- MORETO, E.; FETT, R. **Óleos e Gorduras Vegetais**. Processamento e análises, 2 ed. Florianópolis: Ed. da Universidade Federal de Santa Catarina, 1989.
- ROBINSON, D.S. **Bioquímica y valor nutritivo de los alimentos**. (Food-biochemistry and nutritional values). Trad. Miguel Calvo Rebollar e Emilia Sevillano Calvo. Espanha: Ed. Acribia 1991. 516 p.
- SGARBIERI, V.C. **Proteínas em alimentos protéicos-propriedades, degradações, modificações**. São Paulo: Livraria Varela, 1996. 517 p.
- SILVA, L.B.; MONNERAT. M.P. **Alimentação para coletividades**. Rio de Janeiro: Ed. Cultura Médica, 2a. ed. 1986. 246 p.
- SOUZA, T.C. **Alimentos. Propriedades Físico-químicas. Experimentos. Aplicabilidade em dietética**. Rio de Janeiro: Ed. Cultura Médica, 1991.
- OTT. B.D. **Manual de Laboratório de Ciência de los Alimentos**. Espanha (Zaragoza): Ed. Acribia, S. A, 1992.
-