



PLANIFICACIÓN DEL MENÚ DE LA UNIDAD CONVIVENCIAL

SKU: CT0988

Horas [25](#)

OBJETIVOS

- Conocer los principios fundamentales de la nutrición.
- Aprender en la planificación de los menus los conceptos de dieta saludable y calidad en la dieta.
- Pautas para elaborar dietas diarias y semanales.
- Adquirir los conocimientos necesarios para la elaboración de dietas para los ancianos y en el convaleciente.

CONTENIDO

- 1 Principios de alimentación y nutrición
- 2 Principios anatomofisiológicos de los sistemas digestivos y endocrino. Patología más frecuente
- 3 Concepto de la alimentación y nutrición. Los alimentos. Clasificación funcional.
- 4 Recomendaciones en energía y nutrientes. Ingesta recomendada. Interpretación del etiquetado nutricional.
- 5 Dieta saludable. Calidad de la dieta.
- 6 Problemas nutricionales de las sociedades desarrolladas.
- 7 Tipos de dietas.
- 8 Dieta familiar planificación de los menús diarios y semanales.

9 Raciones y medidas caseras.

10 La alimentación en el anciano y en el convaleciente.

11 Planificación de los menús.

12 Consideración por la situación específica alimentaria y nutricional de cada persona dependiente.