



SANP0004. Menús para dietas especiales

Objetivos

□ **Objetivo General**

- Elaborar distintos tipos de menú en función de las características y/o costumbres alimentarias del destinatario, realizando una correcta manipulación y etiquetado de los alimentos y siendo conscientes de la importancia de estas acciones, de cara a evitar posibles situaciones de peligro.

□ **Objetivos Específicos**

- Entender cómo se elaboran diferentes menús, su composición, variedad y tiempos de conservación.
- Interpretar correctamente las proporciones de los alimentos en una pirámide nutricional.
- Aprender a diferenciar las diferentes necesidades nutricionales de las personas a través de los años.
- Conocer las diferentes dietas especiales, étnicas, vegetarianas, celiaca, etc...
- Diferenciar los posibles tipos de dietas aplicables a diferentes casos particulares.
- Comprender la importancia de la alimentación sana para la salud y bienestar del ser humano.
- Aprender que pueden tomar y que no las personas, dependiendo de sus alergias e intolerancias alimenticias.

Contenidos

SANP0004. Menús para dietas especiales	Tiempo estimado
<p>Unidad 1: Aspectos básicos en la elaboración de menús.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Análisis de los alimentos. La pirámide nutricional. 2. Requisitos nutricionales de los alimentos: el valor energético. 3. Necesidades nutricionales de los jóvenes según edad y actividad física. 4. Composición y variedad de menús. 5. Elaboración del menú adecuado. 6. Tiempo y conservación de los menús elaborados. 	
Cuestionario de autoevaluación UA 01	30 minutos
Tiempo total de la unidad	7.30 horas
<p>Unidad 2: Dietas especiales.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menús especiales: diabéticos. 2. Menús especiales: alergias e intolerancias alimentarias. <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Qué pueden tomar. 2.2. Qué no pueden tomar. 2.3. Qué pueden tomar de forma ocasional. 3. Menús especiales: origen étnico. 4. Menús especiales: vegetarianos. 5. La importancia del etiquetado de los alimentos. 6. Medidas de prevención en la manipulación de alimentos en la cocina. 	
Cuestionario de autoevaluación UA 02	30 minutos
Tiempo total de la unidad	4 horas
Examen final	30 minutos
2 unidades	12 horas