

## PLANIFICACIÓN DE MENÚS Y DIETAS ESPECIALES

### CONTENIDOS FORMATIVOS:

#### 1. NUTRICIÓN Y BUENOS HÁBITOS.

- 1.1. Dietética y nutrición: conceptos básicos
- 1.2. Alimentos, nutrientes y dietética.
- 1.3. Alimentación saludable
- 1.4. La dieta: factor ambiental, cultural y económico.
- 1.5. Hábitos, modos y comportamiento alimentario.
- 1.6. Planificación dietética de la carta y marketing alimentario.
- 1.7. Segmentos de mercado y oferta dietética.

#### 2. REALIZACIÓN DE DIETAS.

- 2.1. Tipos de dietas y menús.
- 2.2. Niños y adolescentes.
- 2.3. Planificación de la dieta en adultos.
- 2.4. Tercera edad.
- 2.5. Dietas alternativas: dietas vegetarianas, macrobióticas, disociadas.
- 2.6. Dietas y planificación de menús para colectivos específicos.