

---

# CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO DE RESTAURANTE - BAR

## Planificação anual de Tecnologia Alimentar – 10.º ano

2023/2024

**Turma: 10.º N**

**Professora: Maria Luísa Silva**

### 1 - Estrutura e Finalidades da disciplina

Esta disciplina pretende dotar os alunos de informações técnicas complementares nos domínios das Normas de Qualidade, da Higiene e Segurança Alimentar e no Trabalho e da Nutrição e Dietética. Os conhecimentos de microbiologia, higiene e das regras de equilíbrio alimentar são essenciais para a adoção de atitudes e comportamentos adequados em contexto de trabalho.

Visando a integração e a articulação dos diversos saberes estruturantes da qualificação profissional visada no respetivo referencial de formação, é importante que o espaço ocupado por esta disciplina integre momentos de planificação conjunta e de complementaridade, designadamente com as unidades de formação de curta duração (UFCD's) de natureza técnica e de natureza prática.

A disciplina tem uma carga horária total de 100 horas, que se encontram distribuída por dois blocos semanais de dois tempos de 45 minutos, em quatro módulos independentes:

- **UFCD 8259:** Princípios de nutrição e dietética – 25 horas, 34 tempos.
- **UFCD 1122:** Noções e normas da qualidade – 25 horas, 34 tempos.
- **UFCD 7731:** Higiene e segurança alimentar na restauração – 25 horas, 34 tempos.
- **UFCD 8211:** Higiene e segurança no trabalho na restauração – 25 horas, 34 tempos.

### 2 - Planificação

O referencial de formação poderá ser consultado na formação tecnológica do curso profissional de Técnico de Restaurante-Bar, Catálogo Nacional de Qualificações, no sítio da Agência Nacional para a Qualificação e o Ensino Profissional – <https://catalogo.anqep.gov.pt/qualificacoesDetalhe/7335>

A planificação seguinte foi aprovada pelo grupo de recrutamento 520 (Biologia e Geologia) a 04 de outubro de 2023.

PLANIFICAÇÃO ANUAL DE TECNOLOGIA ALIMENTAR - 10.º ANO - 2023 / 2024

Período	Tópicos Programáticos	N.º de tempos
<b>1.º Período</b> (de 18/09 a 16/11)  34 tempos previstos	<b>UFCD 8259: Princípios de nutrição e dietética</b>	<b>34</b>
	<b>Apresentação. Programa, metodologia e avaliação.</b>	<b>2</b>
	1. Nutrição e alimentação 1.1. Conceitos 1.2. Funções da alimentação  2. Constituintes alimentares  3. Metabolismo 3.1. Funções do aparelho digestivo 3.2. Processo digestivo  4. Roda dos alimentos e grupos alimentares  5. Alimentação equilibrada 5.1. Regras 5.2. Principais erros alimentares 5.3. Necessidades diárias de nutrientes 5.4. Alimentação racional  6. Noções para a elaboração de ementas	<b>24</b>
	<b>Avaliação da UFCD:</b>  Testes ≥ 1 + Ficha/Trabalho ≥ 1 + Relatório ≥ 1  - Autoavaliação - 1 tempo	<b>8</b>
<b>1.º Período e 2.º Período</b> (de 16/11 a 01/02)  16 tempos previstos (1º Período)	<b>UFCD 1122: Noções e normas da qualidade</b>	<b>34</b>
	1. O que é a qualidade 2. Controlo da qualidade 3. Qualidade total: Normas ISO 9000; passos da certificação de uma empresa 4. Qualidade ambiental: 4.1. As empresas e a conservação do ambiente 4.2. Prevenção da poluição 4.3. Redução de desperdícios e rentabilização de recursos	<b>16</b>

**PLANIFICAÇÃO ANUAL DE TECNOLOGIA ALIMENTAR - 10.º ANO - 2023 / 2024**

<b>Período</b>	<b>Tópicos Programáticos</b>	<b>N.º de tempos</b>
18 tempos previstos (2º Período)	<b>UFCD 1122: Noções e normas da qualidade (continuação)</b>	
	5. Normas ISO 14000 6. Verificação e controlo do trabalho produzido	10
	<b>Avaliação da UFCD:</b> Avaliação: Testes ≥ 1 + Ficha/Trabalho ≥ 1 + Relatório ≥ 1 -Autoavaliação ( 1 tempo )	8
	<b>UFCD 7731: Higiene e segurança alimentar na restauração</b>	34

**PLANIFICAÇÃO ANUAL DE TECNOLOGIA ALIMENTAR - 10.º ANO - 2023 / 2024**

<p><b>2.º Período e 3º Período</b> (de 05/02 a 18/04)</p> <p>26 tempos previstos (2º Período)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Noções de microbiologia dos alimentos             <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Microrganismos - definição e ação</li> <li>1.2. Influência dos microrganismos nos produtos alimentares</li> <li>1.3. Fatores intrínsecos de desenvolvimento</li> <li>1.4. Fatores extrínsecos de desenvolvimento</li> <li>1.5. Deterioração e conservação dos produtos alimentares</li> <li>1.6. Bactérias agentes de toxinfecções alimentares</li> </ol> </li> <li>2. Noções de higiene</li> <li>3. Procedimentos de manipulação de alimentos             <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1. Preparação</li> <li>3.2. Confeção/processamento</li> <li>3.3. Conservação</li> <li>3.4. Distribuição</li> </ol> </li> <li>4. Contaminação dos alimentos</li> <li>5. Conservação e armazenamento de géneros alimentícios</li> <li>6. Noções de limpeza e desinfeção</li> <li>7. Introdução à aplicação de procedimentos de um sistema preventivo, que garanta a segurança dos alimentos             <ol style="list-style-type: none"> <li>7.1. Regulamentação em vigor</li> <li>7.2. Introdução</li> <li>7.3. Princípios e conceitos</li> <li>7.4. Terminologia</li> <li>7.5. Etapas de aplicação do sistema</li> </ol> </li> </ol>	<p>26</p>
---	--	-----------

Período	Tópicos Programáticos	N.º de tempos
<p>8 tempos previstos (3º Período)</p>	<p><b>Avaliação da UFCD:</b> Avaliação: Testes ≥ 1 + Ficha/Trabalho ≥ 1 + Relatório ≥ 1 -Autoavaliação (1 tempo)</p>	<p>8</p>
	<p><b>UFCD 8211: Higiene e segurança no trabalho na restauração</b></p>	<p>34</p>

**PLANIFICAÇÃO ANUAL DE TECNOLOGIA ALIMENTAR - 10.º ANO - 2023 / 2024**

<p><b>3.º Período</b> (de 22/04 a 27/06)</p> <p>34 tempos previstos</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Normas de segurança e higiene na restauração             <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Sinalização de segurança das instalações e equipamentos</li> <li>1.2. Manuseamento de equipamentos</li> <li>1.3. Normas de higiene pessoal, dos espaços, das instalações e dos equipamentos</li> <li>1.4. Proteção coletiva e individual</li> <li>1.5. Uniformes</li> <li>1.6. Produtos perigosos (rotulagem, armazenagem e manuseamento)</li> </ol> </li> <li>2. Condições de saúde dos profissionais da restauração</li> <li>3. Tipos de risco e seu controlo             <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1. Incêndios</li> <li>3.2. Riscos elétricos</li> <li>3.3. Trabalho com máquinas e equipamentos</li> <li>3.4. Movimentação manual e mecânica de cargas</li> <li>3.5. Organização e dimensionamento do posto de trabalho</li> <li>3.6. Posturas no trabalho</li> <li>3.7. Iluminação</li> <li>3.8. Atmosferas perigosas</li> <li>3.9. Ruído</li> </ol> </li> <li>4. Gestão do risco             <ol style="list-style-type: none"> <li>4.1. Consequências dos acidentes de trabalho</li> <li>4.2. Avaliação do risco profissional</li> </ol> </li> <li>5. Procedimentos de emergência e risco             <ol style="list-style-type: none"> <li>5.1. Técnicas de atuação e orientação</li> <li>5.2. Caixa de primeiros socorros</li> </ol> </li> </ol>	<p>26</p>
	<p><b>Avaliação da UFCD:</b></p> <p>Testes ≥ 1 + Ficha/Trabalho ≥ 1 + Relatório ≥ 1</p> <p>Autoavaliação (1 tempo)</p>	<p>8</p>