

Conocer cuales son y como elaborar los distintos menús adaptados a las distintas alergias e intolerancias alimentarias.

UNIDAD 1. CÓMO ELABORAR UN MENÚ ADAPTADO A LAS DISTINTAS ALERGIAS ALIMENTARIAS

1. Normas básicas para la elaboración de menús adaptados
 - 1.1. Elaboración de alimentos
 - 1.2. Proveedores y materias primas
 - 1.3. Almacenamiento de los alimentos
 - 1.4. Etiquetado del alimento
 - 1.5. Trazabilidad
 - 1.6. Diseño y mantenimiento de las instalaciones y equipos
 - 1.7. Limpieza, desinfección y gestión de residuos
 - 1.8. Formación de trabajadores
 - 1.8.1. Higiene personal
 - 1.9. Introducción de nuevos riesgos: uso de nuevos productos y alimentos, elaboración de nuevas recetas o modificación de recetas existentes
 2. Tipos de dietas
 - 2.1. Dietas de exclusión
 - 2.2. Dietas de reexposición
 3. Reactividad cruzada
- Resumen

UNIDAD 2. MENÚS APTOS PARA LAS PRINCIPALES ALERGIAS E INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS

1. Menús saludables para combatir la intolerancia a la lactosa
 2. La dieta sin gluten. Como elaborar un menú sin gluten
 3. Dieta para alergia al pescado y marisco. Trucos y recetas
 - 3.1. Alimentos a evitar si tienes alergia al marisco
 - 3.2. Alergia al anisakis
 - 3.3. Alimentos a evitar si tienes alergia al pescado
 - 3.4. Recetas para alergias al pescado y marisco
 4. Dieta para alergia al huevo. Trucos y recetas
 - 4.1. Recetas sin huevo
 5. Dieta para alergia a frutas y verduras. Alergia LTP
 - 5.1. Recetas alérgicos a frutas y verduras
 6. Dieta para alergia a las legumbres. Recomendaciones
- Resumen