

Programas de
Educación Continua

Curso
**Nutrición y
Gastronomía**
Modalidad Online



INSTITUTO
LE CORDON BLEU®
PERÚ



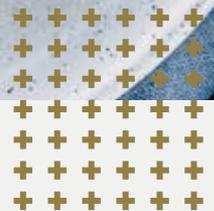
La nutrición y la gastronomía se complementan constantemente

En este curso aprenderás sus fundamentos para luego analizar, en base a ejemplos, los beneficios, perjuicios y contradicciones de distintos tipos de dietas según el interés del participante.



Dirigido a —

- + Profesionales dedicados a este sector que quiera ampliar sus conocimientos en el campo de la alimentación.
- + Personas interesadas en cambiar su estilo de vida a través de la alimentación saludable.
- + Personas que deben llevar una dieta saludable debido a alguna condición sintomática como intolerancia al gluten, diabetes, entre otras.



Certificación —

Certificado emitido por el **Instituto Le Cordon Bleu Perú**



Datos Generales —



Inicio

13 de julio



Duración

8 sesiones



Horario

Lunes y miércoles
de 8:00 p.m. a 10:00 p.m.



Modalidad Online

Sesiones teóricas/prácticas



Inversión

+ Precio regular: ~~S/800~~

+ Promoción (30% dscto): **S/560**

Promoción con cupos limitados

(*)Requisitos técnicos mínimos y recomendados:

Conexión Internet Casa: Mínimo: 15 Mbps.

Recomendable >= 30 Mbps.

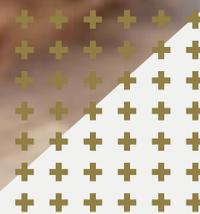
Conexión internet móvil: 3G como mínimo.

Nota importante:

- + Le Cordon Bleu Perú se reserva el derecho de reprogramar o cancelar los cursos que no cuenten con el número mínimo de inscritos establecidos por la institución.
- + Los trámites de retiro o cambio sólo se realizan hasta 10 días antes del inicio de clases. Caso contrario deberá asumir la penalización correspondiente. El pago realizado no está sujeto a devolución ni transferencia, el retiro no modifica el monto comprometido a pagar. El retiro es sólo académico y no económico.







Nuestra Propuesta —

Teoría	Sesión 1	Evolución de la nutrición a través del tiempo
	Sesión 2	Gastronomía vs. Nutrición: Definiciones, ¿qué son y cómo se complementan? La digestión y la energía
	Sesión 3	Principios nutricionales Macronutrientes / micronutrientes / el agua
	Sesión 4	Sistemas sustentables de alimentación: Comida orgánica, jardines urbanos, farm to table, gastronomía circular, estacionalidad, cero waste

Práctica	Sesión 5	Dieta Mediterránea
	Sesión 6	Dieta Vegana
	Sesión 7	Dieta Cetogénica
	Sesión 8	Dieta Ayurvédica

