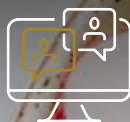


Programas de
Educación Continua



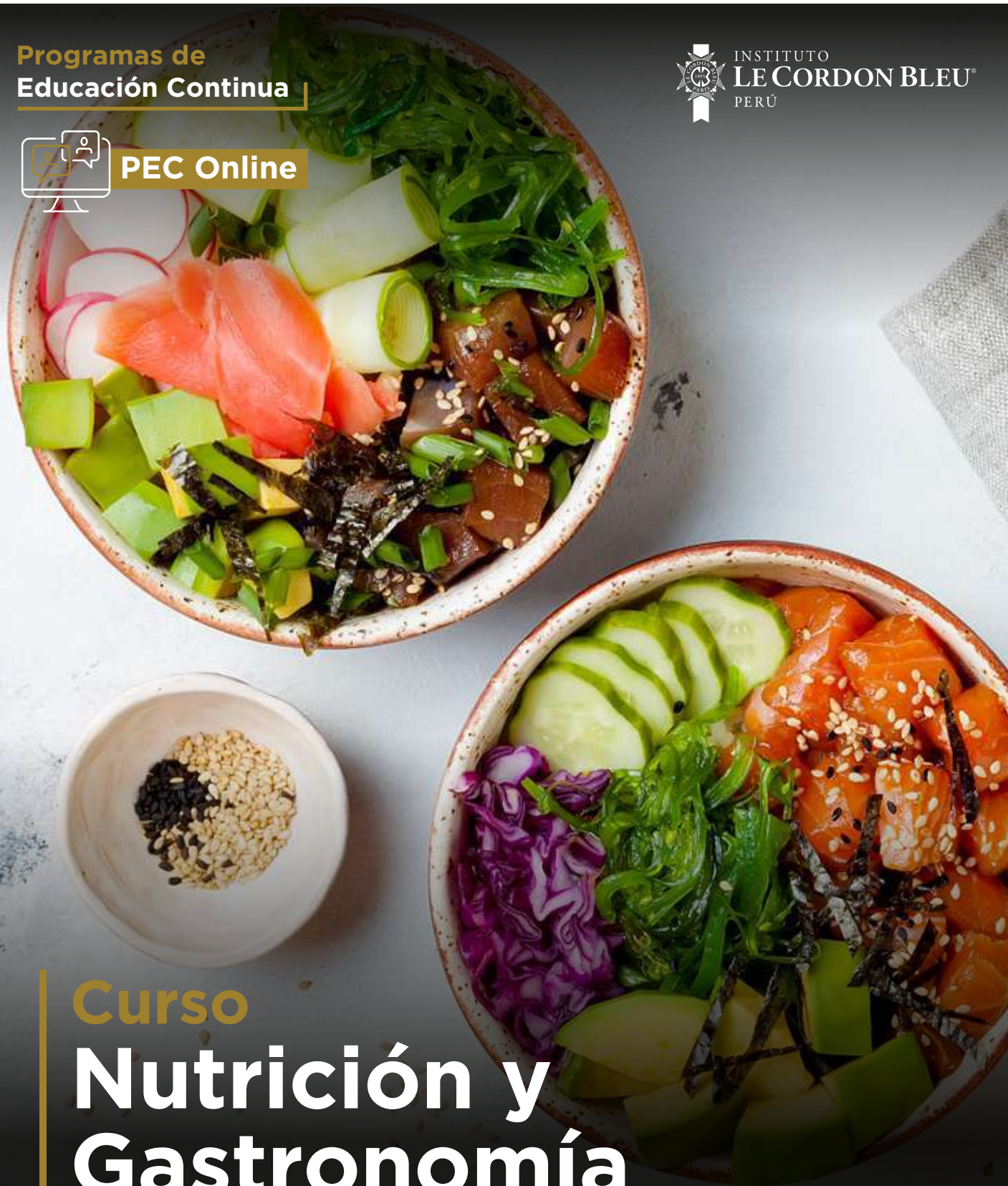
INSTITUTO
LE CORDON BLEU®
PERÚ



PEC Online

Curso

Nutrición y Gastronomía



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.





Certificación —

Certificado emitido por el
Instituto Le Cordon Bleu Perú



Datos Generales



Inicio

19 de marzo



Horario

Martes y jueves
de 8:00 p.m. a 10:00 p.m.



Duración

8 sesiones



Modalidad Online

Visualiza los videos
demostrativos, al finalizar,
el docente responderá tus
consultas en tiempo real.



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.
- + Las horas académicas son de 50 minutos cada una.



Nuestra Propuesta

Sesión 1:

Teoría

- + Evolución de la nutrición a través del tiempo

Sesión 2:

Teoría

- + Gastronomía vs. Nutrición: Definiciones, ¿qué son y cómo se complementan? La digestión y la energía

Sesión 3:

Teoría

- + Principios nutricionales
Macronutrientes /
micronutrientes / el agua

Sesión 4:

Teoría

- + Sistemas sustentables de alimentación: Comida orgánica, jardines urbanos, farm to table, gastronomía circular, estacionalidad, cero waste

Sesión 5:

Práctica

- + Dieta Mediterránea

Sesión 6:

Práctica

- + Dieta Vegana

Sesión 7:

Práctica

- + Dieta Cetogénica

Sesión 8:

Práctica

- + Dieta Ayurvédica

