

ОЗДОРОВЧЕ ХАРЧУВАННЯ
Кафедра інженерії харчового виробництва
Біолого-технологічний факультет

<i>Лектор</i>	Дзюндзя О.В.
<i>Семестр</i>	1
<i>Освітній ступінь</i>	Магістр
<i>Кількість кредитів ЄКТС</i>	5
<i>Форма контролю</i>	Екзамен

Загальний опис дисципліни

Програма навчальної дисципліни «Оздоровче харчування» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки «Харчові технології» другого (магістерського) рівня вищої освіти зі спеціальності 181 «Харчові технології».

Місце в індивідуальному плані здобувача вищої освіти – вибіркова.

Мета навчальної дисципліни «Оздоровче харчування»: вивчення та формування у майбутніх фахівців харчової промисловості компетенцій у наданні якісних послуг оздоровчого харчування у закладах ресторанного господарства санаторно-курортних та туристичних комплексів та на різноманітних виробництвах харчової галузі.

Завдання навчальної дисципліни «Оздоровче харчування» полягають в забезпеченні освоєння матеріалу дисципліни здобувачами вищої освіти про:

- основні принципи оздоровчого харчування,
- сучасні теоретичні та практичні уявлення щодо значення функціональних інгредієнтів та продуктів оздоровчого призначення у підтримці здоров'я людини,

- особливості оздоровчого харчування різних категорій населення.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен знати:

- передумови створення і виробництва в Україні індустрії здорового харчування.

- основні положення та принципи класичних та новітніх теорій та концепцій харчування.

- закони та основи раціонального харчування.

- роль та властивості функціональних інгредієнтів продуктів оздоровчого призначення.

- правила та принципи оздоровчого харчування.

- оздоровчі властивості природних функціональних продуктів, їх склад та можливість використання для профілактики захворювань та покращення здоров'я людини.

- особливості оздоровчого харчування різних категорій населення.

- проблеми збалансованості та поєднання нутрієнтів, способи

підвищення їх засвоюваності та збереження під час технологічного процесу.

- основні антиаліментарні речовини, їхні джерела та умови впливу, шляхи усунення впливу.

- основи оптимізації харчування у санаторно-курортних комплексах для профілактики ризику виникнення різних захворювань.

вміти:

- використовувати основні правила та принципи оздоровчого харчування при складанні меню для санаторіїв та профілакторіїв.

- аналізувати біологічну цінність оздоровчих харчових продуктів (апипродуктів, соків-фреш, фіто чаїв, проростків зернових тощо), давати рекомендації із оздоровчого харчування туристам.

- давати рекомендації щодо підбору продуктів багатих на функціональні інгредієнти для забезпечення ними раціонів харчування туристів.

- визначати біологічну цінність харчових продуктів, кулінарної продукції і страв на основі розрахункових та аналітичних методів.

- здійснювати підбір складників рецептур для приготування оздоровчої харчової продукції.

- набувати практичних навичок роботи у формуванні оздоровчих та профілактичних раціонів харчування для різних груп населення.

- складати комплексні обіди і добові раціони харчування оздоровчого призначення, збалансовані за основними компонентами їжі: білками, жирами, вуглеводами, вітамінами і мінеральними речовинами.

- визначати переваги різноманітних харчових продуктів за кількісними і якісними характеристиками функціональних інгредієнтів сорбентів, що входять до їх складу.

- користуватися нормативною літературою, пов'язаною із охороною здоров'я, безпекою харчових продуктів.

- працювати з необхідною для роботи науковою літературою, яка дає змогу оперативно використовувати інформацію для вирішування професійних завдань.

У результаті засвоєння дисципліни у здобувачів вищої освіти будуть сформовані наступні компетенції:

Загальні компетентності:

ЗК 1. Здатність до абстрактного мислення, аналізу і синтезу, пошуку, оброблення інформації з різних джерел.

ЗК 4. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово, здатність спілкуватися іншою мовою на загальні та фахові теми.

ЗК 5. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

ЗК 6. Здатність проводити дослідження на відповідному рівні, приймати обґрунтовані рішення, оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт.

ЗК 9. Визначеність і наполегливість щодо поставлених завдань і взятих обов'язків.

Спеціальні предметні компетенції:

ФК 3. Здатність аналізувати і використовувати наукові дослідження в

галузі харчових технологій для зростання обсягів виробництва харчових продуктів.

ФК 5. Здатність до обґрунтування різних видів моделювання технологічних процесів з використанням формалізованих результатів спостережень.

ФК 6. Здатність розробляти і застосовувати механізми оцінювання та прогнозування впровадження нових технологій

ФК 8. Уміння коригувати рівень використання поживних і біологічно активних речовин сировини з метою їх збереження та підтримування оптимального співвідношення в харчових продуктах.

ФК 9. Знання основних біологічних та технологічних аспектів інноваційних технологій переробки продукції рослинництва і тваринництва та вміння застосовувати їх з метою підвищення конкурентоспроможності галузі.

ФК 11. Знання специфіки виконання робіт з пошуку оптимальних рішень при створенні окремих видів продукції з урахуванням вимог якості, поживності, функціональної спрямованості і безпеки, раціонального використання сировинних ресурсів і подовження термінів зберігання готової продукції, безпеки життєдіяльності, вартості, термінів виконання і конкурентоспроможності

ФК 13. Володіння сучасними технологіями переробки продукції рослинництва та тваринництва.

ФК 14. Володіння прийомами та методами виробництва екологічно чистої та органічної харчової продукції, її зберігання та маркування.

ФК 15. Здатність організовувати виробничі процеси та управління різними технологіями переробки рослинної сировини та продукції тваринництва.

ФК 20. Володіння прийомами проектування окремих видів продукції з урахуванням вимог якості, поживності, функціональної спрямованості і безпеки, раціонального використання сировинних ресурсів і подовження термінів зберігання готової продукції, безпеки життєдіяльності, вартості, термінів виконання і конкурентоспроможності.

Результати навчання:

ПРН 6. Знання особливостей біохімічних властивостей, поживних і біологічно-активних речовин сировини, їх впливу на технологічні процеси.

ПРН 7. Знання сучасних досягнень і перспективних напрямів з переробки продукції тваринництва.

ПРН 9. Знання основних властивостей і способів зберігання та переробки продуктів забою різних видів с.-г. тварин, птиці, їх вплив на технологію.

ПРН 12. Знання сучасних технологічних процесів переробки рослинної, м'ясної, молочної та іншої сировини з виготовленням різноманітних видів продукції.

ПРН 14. Володіння методами моделювання технологічних процесів.

ПРН 16. Уміння розробляти рецептури та удосконалювати існуючі з

наступним їх впровадженням у виробництво.

ПРН 17. Уміння впроваджувати на підприємствах з переробки м'ясної, молочної та іншої сировини вітчизняних і зарубіжних високоєфективних, енергозберігаючих та безвідходних технологій з виготовлення якісних харчових продуктів.

ПРН 18. Уміння аналізувати технологію та виробничий процес, визначати відхилення від норми, які спричинюють зниження якості продукції.

ПРН 19. Уміння застосовувати новітні досягнення і перспективні напрями досліджень в існуючих технологічних процесах виробництва молока та м'яса з врахуванням світових досягнень науки.

ПРН 21. Уміння проводити технологічні, механічні та експлуатаційні розрахунки в проектуванні об'єктів переробки рослинницької і тваринницької сировини та продукції

ПРН 23. На основі знань науково-практичних основ формування якості продуктів, уміти моделювати технологічний процес.

ПРН. 25. Відтворювати результати наукових досліджень та випробувань у виробничих умовах реально діючих підприємств

ПРН 26. Створення в колективах атмосфери для обговорення нагальних питань з урахуванням професійної етики, позитивної соціальної та емоційної поведінки, поваги до етичних принципів

ПРН 28. Здатність рекомендувати до застосування традиційні та нові методи удосконалення технології переробки продукції тваринництва, рослинництва.

ПРН 29. Здатність формулювати висновки щодо ефективності обраних виробничих і технологічних процесах, запроваджених на підприємствах.

Теми лекцій:

Тема 1: Роль оздоровчого харчування сучасної людини.

Тема 2: Системи нетрадиційного харчування

Тема 3: Функціональні інгредієнти продуктів оздоровчого призначення

Тема 4: Вода: питний режим і водний обмін.

Тема 5: Застосування апіпродуктів у оздоровчому харчуванні людини

Тема 6: Застосування нетрадиційної рослинної сировини у оздоровчому харчуванні людини

Тема 7: Особливості оздоровчого харчування різних категорій населення

Тема 8: Їжа як джерело токсичних речовин.

Тема 9. Організація харчування у лікувальних та санаторно-курортних закладах.

Теми лабораторних занять:

Тема 1: Роль оздоровчого харчування сучасної людини.

Тема 2: Системи нетрадиційного харчування

Тема 3: Функціональні інгредієнти продуктів оздоровчого призначення

Тема 4: Вода: питний режим і водний обмін.

Тема 5: Застосування апіпродуктів у оздоровчому харчуванні людини

Тема 6: Застосування нетрадиційної рослинної сировини у оздоровчому

харчуванні людини

Тема 7: Особливості оздоровчого харчування різних категорій населення

Тема 8: Їжа як джерело токсичних речовин.

Тема 9. Організація харчування у лікувальних та санаторно-курортних закладах.