

# ОСНОВИ НУТРИЦІОЛОГІЇ

Кафедра технології м'ясних, рибних та морепродуктів

Факультет харчових технологій та управління якістю продукції АПК

<i>Лектор</i>	Ізраелян Валентина Миколаївна, к. тех. н., доцент
<i>Семестр</i>	7
<i>Освітній ступінь</i>	Бакалавр
<i>Кількість кредитів ЄКТС</i>	3
<i>Форма контролю</i>	Залік
<i>Аудиторні години</i>	30 (15 год лекцій, 15 год практичних чи лабораторних занять)

## Загальний опис дисципліни

Навчальна дисципліна передбачає вивчення основних теорій харчування та фізіологічну потребу людини в основних складових продуктів харчування, набути навичок у виявленні причин розвитку і ознак моно- та полінутриєнтних дефіцитів та їх профілактики та з'ясувати актуальні проблеми сучасних напрямів в фізіології харчування та встановити їх зв'язок зі здоров'ям та працездатністю населення.

Основною *метою* дисципліни є набуття спеціальних теоретичних знань та практичних навичок із загальних підходів та принципів повноцінного, раціонального і профілактичного харчування людини в різних умовах життя та діяльності з основами нутриціології, на базі яких складається і розвивається технологія виробництва харчової продукції.

## Теми лекцій:

1. Нутриціологічні основи раціонального харчування.
2. Нетрадиційні види харчування.
3. Макронутрієнти в харчуванні людини.
4. Мікронутрієнти в продуктах харчування.
5. Харчові добавки та інші інгредієнти в продуктах та функціональному харчуванні.
6. Наслідки нестачі та надлишку харчових речовин у раціонах.
7. Характеристика харчової та біологічної цінності продуктів тваринного та рослинного походження.
8. Особливості харчування різних професійних верств населення.

## Теми занять:

*(семінарських, практичних, лабораторних)*

1. Визначення фізіологічної потреби організму в енергії та основних харчових речовинах.
2. Оцінювання індивідуального харчового статусу.
3. Значення основних поживних речовин у життєдіяльності людини.
4. Фізіолого-гігієнічне значення основних поживних речовин у життєдіяльності людини.
5. Визначення вмісту мінеральних речовин в харчових продуктах.
6. Визначення енергетичної та харчової цінності продуктів.