МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Одеська національна академія харчових технологій

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Основи нутриціології та технології здорового харчування

Вибіркова навчальна дисципліна

Мова навчання - українська

Освітньо-професійна програма Готельно-ресторанна справа
Код та найменування спеціальності 241 Готельно-ресторанна справа
Шифр та найменування галузі знань 24 Сфера обслуговування
Ступінь вищої освіти бакалавр

Розглянуто, схвалено та затверджено
Методичною радою академії

2021

РОЗРОБЛЕНО ТА ЗАБЕЗПЕЧУЄТЬСЯ: кафедрою готельно-ресторанного бізнесу Одеської національної академії харчових технологій

РОЗРОБНИК (розробники): Д'яконова А.К., професор кафедри готельно-ресторанного бізнесу, професор, доктор технічних наук; Коротич О.М., асистент кафедри готельно-ресторанного бізнесу

(вказати авторів, їхні посади, наукові ступені та вчені звання)

Розглянуто та схвалено на засіданні кафедри готельно-ресторанного бізнесу
Протокол від «25» червня 2021 р. № 17

Завідувач кафедри */ПІДПИСАНО/* Тетяна ЛЕБЕДЕНКО
(підпис) Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Розглянуто та схвалено методичною радою зі спеціальності 241 «Готельно-ресторанна справа» галузі знань 24 «Сфера обслуговування»
(код та найменування спеціальності)

Голова ради */ПІДПИСАНО/* Вікторія ТКАЧ
(підпис) Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Гарант освітньої програми */ПІДПИСАНО/* Тетяна ЛЕБЕДЕНКО
(підпис) Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Розглянуто та схвалено Методичною радою академії
Протокол від «31» серпня 2021 р. № 1

Секретар Методичної ради академії */ПІДПИСАНО/* Валерій МУРАХОВСЬКИЙ
(підпис) Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

ЗМІСТ

1	Пояснювальна записка	4
1.1	Мета та завдання навчальної дисципліни	4
1.2	Компетентності, які може отримати здобувач вищої освіти	5
1.3	Міждисциплінарні зв’язки	6
1.4	Обсяг навчальної дисципліни в кредитах ЄКТС	6
2	Зміст навчальної дисципліни:	7
2.1	Програма змістовних модулів	7
2.2	Перелік лабораторних робіт	7
2.3	Перелік завдань до самостійної роботи	7
3	Критерії оцінювання результатів навчання	8
4	Інформаційні ресурси	9

1. Пояснювальна записка

1.1. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладання дисципліни «Основи нутриціології та технології здорового харчування» є набуття студентами теоретичних знань і практичних навичок із загальних підходів та принципів повноцінного, раціонального і профілактичного харчування людини в різних умовах життя та діяльності з основами нутріціології, на базі яких складається і розвивається технологія виробництва харчової продукції.

Завданнями вивчення дисципліни є теоретична та практична підготовка студентів із питань:

- вивчення макро- і мікронутрієнтного складу продовольчої сировини та харчових продуктів;
- проведення пошуку потенційних і нових джерел ессенціальних нутрієнтів;
- проведення обґрунтування раціонального харчування, зниження рівня захворювань, пов'язаних з порушенням харчового статусу;
- отримання необхідної інформації про функціональні харчові інгредієнти та їх вплив на певні функції організму людини;
- визначати хімічний вміст та енергетичну цінність харчових продуктів;
- розробляти раціони харчування для різних верств населення;
- здійснювати підбір режимів кулінарної обробки сировини і продуктів для виготовлення продуктів раціонального харчування;
- виявляти основні показники якості та параметри контролю за даним видом продукції;
- розробляти страви із збалансованим нутрієнтним складом.

В результаті вивчення курсу «Основи нутриціології та технології здорового харчування» студенти повинні

знати:

- раціональні підходи щодо управління технологічними та організаційними процесами підприємств;
- значення основних компонентів їжі і біологічно цінних речовин для організму людини;
- характеристику основних продуктів, що використовуються у технологіях здорового харчування;
- методи кулінарної обробки і їх вплив на харчову і біологічно-цінність, спеціалізоване обладнання для приготування страв здорового харчування.

вміти:

- аналізувати та оцінювати якість сировини та готової продукції;
- користуватись нормативними та інформативними джерелами для визначення складу продуктів;
- застосовувати теоретичні знання при виробництві інноваційних харчових продуктів;
- складати раціони харчування за заданими параметрами;
- оцінювати ринок оздоровчих харчових продуктів.

1.2. Компетентності, які може отримати здобувач вищої освіти

У результаті вивчення навчальної дисципліни «Основи нутриціології та технології здорового харчування» здобувач вищої освіти отримує наступні програмні компетентності та програмні результати навчання, що визначені в Стандарті вищої освіти зі спеціальності 241 «Готельно-ресторанна справа» галузі знань 24 «Сфера обслуговування» для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти та освітньо-професійній програмі «Готельно-ресторанна справа» галузі знань 24 «Сфера обслуговування» підготовки бакалаврів.

Інтегральна компетентність

Здатність розв’язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми діяльності суб'єктів готельного і ресторанного бізнесу, що передбачає застосування теорій та методів системи наук, які формують концепції гостинності і характеризується комплексністю та невизначеністю умов

Загальні компетентності:

ЗК 01. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, вести здоровий спосіб життя

ЗК 03. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:

СК 01. Розуміння предметної області і специфіки професійної діяльності

СК 03. Здатність використовувати на практиці основи діючого законодавства в сфері готельного та ресторанного бізнесу та відстежувати зміни

СК 11. Здатність виявляти, визначати й оцінювати ознаки, властивості і показники якості продукції та послуг, що впливають на рівень забезпечення вимог споживачів у сфері гостинності

Програмні результати навчання:

ПРН 01. Знати, розуміти і вміти використовувати на практиці основні положення законодавства, національних і міжнародних стандартів, що регламентують діяльність суб'єктів готельного та ресторанного бізнесу

ПРН 02. Знати, розуміти і вміти використовувати на практиці базові поняття з теорії готельної та ресторанної справи, організації обслуговування споживачів та діяльності суб'єктів ринку готельних та ресторанних послуг, а також суміжних наук.

ПРН 10. Розробляти нові послуги (продукцію), використовуючи сучасні технології виробництва та обслуговування споживачів.

ПРН 16. Виконувати самостійно завдання, розв'язувати задачі і проблеми, застосовувати їх в різних професійних ситуаціях та відповідати за результати своєї діяльності.

1.3. Міждисциплінарні зв'язки

Попередні – Індустрія гостинності, послідовні – Технологія продукції ресторанного господарства та Організація ресторанного господарства.

1.4. Обсяг навчальної дисципліни в кредитах ЄКТС

Навчальна дисципліна викладається на 1 курсі у II семестрі для денної та заочної форми навчання

Кількість кредитів ECTS- 3, годин – 90

Аудиторні заняття, годин:	всього	лекції	лабораторні
денна	36	18	18
заочна	12	4	8
Самостійна робота, годин	Денна -54	Заочна – 78	

2. Зміст навчальної дисципліни

2.1. Програма змістовних модулів

№ теми	Зміст теми	Кількість годин	
		Денна	Заочна
	Змістовий модуль 1		
1.	Основні поняття нутриціології.	2	0,25
2.	Нутріціологічні основи раціонального харчування	2	0,25
3.	Технології здорового харчування	2	0,5
4.	Макронутрієнти в харчуванні людини	2	0,5
5.	Мікронутрієнти в продуктах харчування	2	0,5
6.	Роль харчових волокон та ферментів у харчуванні людини	2	0,5
7.	Біологічно активні й харчові добавки в продуктах та функціональному харчуванні.	2	0,5
8.	Основи токсикології продуктів харчування	2	0,5
9.	Основні сучасні проблеми харчування людини	2	0,5
	Разом з дисципліни	**18**	**4**

2.2. Перелік лабораторних робіт

№ з/п	Назва лабораторної роботи	Кількість годин	
		Денна	Заочна
1	Вплив харчування на функціонування основних систем організму.	2	1
2	Методика складання раціону харчування	2	0,5
3	Альтернативні та нетрадиційні види харчування	2	0,5
4	Характеристика макронутрієнтів в харчуванні людини, їх характеристика та джерела надходження.	2	1
5	Характеристика мікронутрієнтів в харчуванні людини, їх характеристика та джерела надходження.	2	1
6	Визначення порушення вітамінного та мінерального обміну	2	1
7	Біологічно активні добавки: технології отримання	2	1
8	Забруднення харчових продуктів та види отруєнь	2	1
9	Вивчення чинників впливу на здорове харчування людини	2	1
	Всього	**18**	**8**

2.3 Перелік завдань до самостійної роботи

№ п/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
1.	Зв'язок нутриціології з іншими науками	9	10
2.	Методи визначення та критерії оцінки харчового статусу організму	9	15
3.	Нутриційна корекція раціонів харчування	9	14
4.	Методи та методики дослідження біологічної активності складових харчових продуктів з точки зору нутриціології	9	15
5.	Нутриційна корекція ожиріння	9	10
6.	Новітні технології здорового харчування	9	14
	Всього	**54**	**78**

3. Критерії оцінювання результатів навчання

Види контролю: поточний, підсумковий – диф.залік

Нарахування балів за виконання змістових модулів

Вид роботи, що підлягає контролю	Оцінні бали		Форма навчання					
			денна			заочна		
	min д/з	max д/з	Кільк. робіт, одиниць	Сумарні бали		Кільк. робіт, одиниць	Сумарні бали	
				min	max		min	max
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Робота на лекціях	1/2	2/3	9	9	18	2	4	6
Робота на лабораторних заняттях	1/3	3/5	9	9	27	4	12	20
Опрацювання тем, не винесених на лекції	1	2	6	6	12	6	6	12
Проміжна сума				24	57		22	38
Модульний контроль у поточному семестрі			1	36	43	1	38	62
Оцінка за змістовий модуль 1	–	–	–	60	100		60	100

Критерії оцінювання до модульних контрольних робіт

Модульні контрольні роботи складаються з відповідей на 5 теоретичних питань.

Таблиця 1

Загальні критерії оцінювання

№ з\п	Вид роботи	Максимальний бал	Пояснення до нарахування балів
1	2	3	4
1	Відповіді на теоретичні питання (5 питань)	10	За надану повну обґрунтовану відповідь на всі питання (максимальний бал – 10 балів за кожну відповідь)
	Разом	50	

Таблиця 2

Критерії оцінювання відповідей на теоретичні питання

Розподіл балів за відповіді на теоретичні питання	Критерії оцінювання відповідей
10-8	за умови, якщо студент показав глибокі знання, чітко, грамотно, логічно і послідовно його викладає; вільно оперує термінологією, знайомий із законодавчими та нормативними документами, вміє аналізувати ситуацію та має альтернативні погляди на викладений матеріал
7-5	за умови, якщо студент має тверді знання, грамотно і по суті викладає відповіді на поставленні питання, не допускає грубих помилок при відповіді на них, але не повністю розкриває зміст
4-3	за умови, якщо студент знає теоретичний матеріал на рівні репродуктивного відтворення, але не надає належної оцінки процесів та явищ, не чітко формулює категорії та допускає незначні помилки при відповідях
2-0	за умови, якщо студент при відповіді допускає суттєві помилки, матеріал викладає не послідовно, з припущенням неточностей у формулюваннях та відсутності термінології

4. Інформаційні ресурси

Базові (основні):

1. Дієтичне харчування [Текст] : підручник / О. І. Черевко, Н. В. Дуденко, Л. Ф. Павлоцька та ін. ; Харків. держ. ун-т харчування та торгівлі. – Вид. 2-е, стер. – Харків : ХДУХТ ; Світ кн., 2019. – 360 с. : табл., рис. – Бібліогр.: с. 358-359. – ISBN 978-966-2678-42-0. https://elc.library.onaft.edu.ua/library-w/DocumentDescription?docid=OdONAHT.1344954

2. Оздоровче харчування [Текст] : навч. посіб. / П. О. Карпенко, Н. В. Притульська, М. Ф. Кравченко та ін. ; за заг. ред. П. О. Карпенка ; Київ. нац. торг.-екон. ун-т. – Київ: КНТЕУ, 2019. – 628 с. – Бібліогр.: с. 626-627. https://elc.library.onaft.edu.ua/library-w/DocumentDescription?docid=OdONAHT.1414747

3. Основи фізіології та гігієни харчування [Текст] : підручник / Н. М. Зубар. – Київ : ЦУЛ, 2017. – 336 с. https://elc.library.onaft.edu.ua/library-w/DocumentDescription?docid=OdONAHT-cnv.BibRecord.164569

4. Фізико-хімічні основи технологій харчових виробництв [Текст] : підручник / В. С. Ростовський ; Полтав. ун-т спожив. кооп. України. – Київ : Кондор, 2017. – 476 с. https://elc.library.onaft.edu.ua/library-w/DocumentDescription?docid=OdONAHT-cnv.BibRecord.160424

5. Харчова та санітарна токсикологія [Текст] : навч. посіб. / О. В. Кузьмін, В. М. Ісаєнко, Л. М. Акімова та ін. ; Нац. ун-т харч. технологій, Нац. авіац. ун-т, Приватне акц. т-во "Вищ. навч. закл. "Межрегіон. акад. упр. персоналом". – Херсон : ОЛДІ-ПЛЮС, 2020. – 556 с. https://elc.library.onaft.edu.ua/library-w/DocumentDescription?docid=OdONAHT.1616678

6. Healthy nutrition - the healthy nation! [Текст] : collective monograph / L. M. Telezhenko, V. V. Atanasova, Y. A. Golinskaya etc. ; Responsible for release L. M. Telezhenko ; Odessa national academy of food technologies. – Kharkiv : Publishing House I. Ivanchenka, 2020. – 383 p. : table, fig. – ISBN 978-617-7879-14-4. https://elc.library.onaft.edu.ua/library-w/DocumentDescription?docid=OdONAHT.1335731

Додаткова:

1. Василенко І. Вегетаріанська кухня. Смачно, етично, естетично / Vivat, 2021. – 256 с.
2. Доктор Р. Здорове харчування у великому місті. – Book Chef, 2020. – 336 с.
3. Москоні Л. Їжа для мозку. Наука розумного харчування / Наш формат, 2019. – 336 с.
4. Нутриціологія: підручник / Л.Ф. Павлоцька [та ін.]; під заг. ред. Л. Ф. Павлоцької - Х.: Світ Книг, 2020. – 527 с.: іл. ISBN 978-966-2678-61-1.
5. Павлоцька Л.Ф. Нутриціологія та харчова безпека [Електронний ресурс] : навч. посібник / Л.Ф. Павлоцька, О.Ф. Аксьонова, Л.А.Скуріхіна . – Електрон. дані. – Х. : ХДУХТ, 2020. – 1 електрон. опт. диск (CD-ROM); 12 см. – Назва з тит. екрана.
6. Journal of Nutritional Science. URL:rtional Science https://www.cambridge.org/core/journals/journal-of-nutritional-science