

PRINCIPIILE NUTRIȚIEI UMANE

STRUCTURA

Programul de studii	Protecția consumatorului și a mediului
Anul de studii	III
Semestrul	5
Regimul disciplinei	DI
Numărul total de ore pe săptămână	Curs – 2 ore; L – 2 ore
Numărul total de ore conform planului de învățământ	Curs – 28 ore; L – 28 ore
Numărul de credite transferabile	4

OBIECTIVELE DISCIPLINEI

Perfecționarea pregătirii studenților în domeniul nutriției umane, având ca bază cunoașterea teoretică și practică a valorii nutritive, biologice și alimentare a produselor alimentare, în vederea combinării acestora pentru obținerea unor rații și diete echilibrate.

CONȚINUTUL DISCIPLINEI

CURS	Nr. ore
Capitolul I - Bazele fiziologice ale nutriției umane: conceptul de nutriție, nutrient, alimentație; atitudinea față de hrană; dezechilibrele alimentare	4
Capitolul II - Componentele chimice ale hranei și importanța lor pentru organism: apa; substanțele minerale; glucidele; lipidele; protidele; vitaminele	14
Capitolul III - Particularitățile digestiei, absorbției și a utilizării metabolice a nutrienților: digestia în diferitele segmente ale tubului digestiv; factorii care influențează digestibilitatea; utilizarea metabolică a nutrienților	6
Capitolul IV - Radicalii liberi, peroxidarea lipidelor și antioxidanții	4

LUCRĂRI PRACTICE L	Nr. ore
1. Recoltarea și pregătirea probelor în vederea executării analizelor chimice	2
2. Determinarea compoziției chimice brute a produselor alimentare. Determinarea apei	2
3. Determinarea cenușei brute	2
4. Determinarea substanței organice	2
5. Determinarea proteinei brute	2
6. Determinarea grăsimii brute	2
7. Determinarea celulozei (fibrei) brute	2
8. Determinarea substanțelor extractive neazotate	2
9. Digestibilitatea produselor alimentare și utilizarea metabolică a nutrienților: calculul coeficienților de digestibilitate; bilanțul nutritiv material și bilanțul energetic	6
10. Cuantificarea valorii nutritiv energetice a produselor alimentare: determinarea valorii nutritive a produselor alimentare cu ajutorul indicelui VN10; calculul valorii energetice a produselor alimentare pe baza echivalenților calorici (Kcal, KJ); analiza influenței prelucrării tehnologice asupra valorii nutritiv energetice a produselor alimentare	6

BIBLIOGRAFIE

1. Banu C. și col., 2009. Alimentație pentru săsnate, Ed. ASAB, București.
2. Drăgotoiu D., 2003. Principii de alimentație, Ed. All Print, București, 2003.
3. Drăgotoiu D. și col., 2018. Principii de alimentație. Lucrări practice. Ed. Granada, București.
4. Garban Z., 2000. Nutriția Umană. I, Ed Didactică și Pedagogică RA, București.
5. Mihele Denisa, 2011. Igiena alimentației. Ed. Medicală, București.

EVALUARE

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală %
Curs	Gradul de însușire a informațiilor prezentate; capacitatea de a utiliza cunoștințele asimilate	Evaluare sumativă prin forma de verificare - examen	50
L	Capacitatea de a aplica în practică cunoștințele însușite	Evaluare continuă prin metode orale, probe scrise, practice	50

Titularul activităților de curs: Prof. univ. dr. DRĂGOTOIU Dumitru
Titularul activităților de lucrări practice L: Asist. dr. ZINCA Andreea

PRINCIPIILE NUTRIȚIEI UMANE

STRUCTURA

Programul de studii	Protecția consumatorului și a mediului
Anul de studii	III
Semestrul	6
Regimul disciplinei	DI
Numărul total de ore pe săptămână	Curs – 2 ore; L – 2 ore
Numărul total de ore conform planului de învățământ	Curs – 28 ore; L – 28 ore
Numărul de credite transferabile	4

OBIECTIVELE DISCIPLINEI

Perfecționarea pregătirii studenților în domeniul nutriției umane, având ca bază cunoașterea teoretică și practică a valorii nutritive, biologice și alimentare a produselor alimentare, în vederea combinării acestora pentru obținerea unor rații și diete echilibrate.

CONȚINUTUL DISCIPLINEI

CURS	Nr. ore
Capitolul V - Caracteristicile nutriționale ale principalelor grupe de alimente: laptele și subprodusele lactate; carnea, peștele și derivatele lor; ouăle; grăsimile alimentare; cerealele, produsele cerealiere și leguminoasele uscate; legumele și fructele; zahărul și produsele zaharoase; băuturile nealcoolice și alcoolice	14
Capitolul VI - Influența prelucrării tehnologice și culinare asupra substanțelor nutritive din produsele alimentare: influența temperaturii; influența oxigenului; influența radiațiilor luminoase; influența sărării și afumării; influența aditivilor alimentari; influența prelucrării culinare	14

LUCRĂRI PRACTICE L	Nr. ore
1. Determinarea indicatorilor de compoziție și autentificare. Identificarea carotenoidelor din sucul de citrice	1
2. Determinarea glucozei din miere	2
3. Determinarea punctului de topire al grăsimilor	1
4. Determinarea indicelui de saponificare al grăsimilor	2
5. Determinarea indicelui de iod al grăsimilor	2
6. Determinarea gradului de nesaturare al lipidelor	2
7. Determinarea colesterolului total din gălbenușul de ou	2
8. Determinarea substanțelor colagene din produsele de carne	2
9. Determinarea lactozei din brânzeturi	2
10. Determinarea titrului proteic al laptelui	2
11. Determinarea conținutului de calciu din produsele alimentare	2
12. Determinarea retinolului (vitaminei A) din produsele alimentare	2
13. Alcătuirea și analiza structurii rației alimentare: principii privind întocmirea și analiza rațiilor de hrană la om; stabilirea necesarului de energie și substanțe nutritive la om pe categorii de activitate; întocmirea, echilibrarea și analiza structurii rațiilor în funcție de categoria de activitate	6

BIBLIOGRAFIE

1. Banu C. și col., 2009. Alimentație pentru săsnate, Ed. ASAB, București.
2. Drăgotoiu D., 2003. Principii de alimentație, Ed. All Print, București, 2003.
3. Drăgotoiu D. și col., 2018. Principii de alimentație. Lucrări practice. Ed. Granada, București.
4. Garban Z., 2000. Nutriția Umană. I, Ed Didactică și Pedagogică RA, București.
5. Mihele Denisa, 2011. Igiena alimentației. Ed. Medicală, București.

EVALUARE

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală %
Curs	Gradul de însușire a informațiilor prezentate. Capacitatea de a utiliza cunoștințele asimilate	Evaluare sumativă prin forma de verificare - examen	50
L	Capacitatea de a aplica în practică cunoștințele însușite	Evaluare continuă prin metode orale, probe scrise, practice	50

Titularul activităților de curs: Prof. univ. dr. DRĂGOTOIU Dumitru

Titularul activităților de lucrări practice L: Asist. dr. ZINCA Andreea