

NUTRIȚIE ȘI ALIMENTAȚIE

STRUCTURA

Programul de studii	LICENTA_BTH
Anul de studii	II
Semestrul	3
Regimul disciplinei	DOD
Numărul total de ore pe săptămână	Curs – 2 ore; L/S/P-2 ore
Numărul total de ore conform planului de învățământ	Curs – 28 ore; L/S/P- 28 ore
Numărul de credite transferabile	4

OBIECTIVELE DISCIPLINEI

Însușirea elementelor de bază teoretice și utilizarea conceptelor de bază din știința alimentelor referitoare la compoziție, rol funcțional și importanță în alimentație.

Cunoașterea și înțelegerea rolului educației nutriționale în alimentație.

Calculul și interpretarea valorii nutritive și a valorii energetice a produselor alimentare.

Cunoașterea factorilor intrinseci și extrinseci care influențează valoarea nutritivă a produselor alimentare.

Cunoașterea efectului tehnologiilor de prelucrare asupra calităților nutriționale ale alimentelor.

Dezvoltarea interesului pentru înțelegerea importanței notiunilor și principiile de bază ale nutriției umane și a calităților nutriționale ale alimentelor în asigurarea stării de sănătate a populației.

CONȚINUTUL DISCIPLINEI*

CURS	Nr. ore
Capitolul 1. Introducere. Obiectul cursului, terminologie, definiții. Bibliografie recomandată.	2
Capitolul 2. Probleme actuale ale alimentației. Importanța educației nutriționale.	2
Capitolul 3. Compoziția produselor alimentare. Conținutul și importanța macronutrienților și micronutrienților în alimentație. Calitatea nutrițională a produselor alimentare.	4
Capitolul 4. Valoarea energetică a produselor alimentare, mod de calcul. Factori de influență asupra necesarului total de energie, norme privind necesarul de energie.	4
Capitolul 5. Valoarea nutritivă a alimentelor, mod de calcul. Factorii care influențează valoarea nutritivă a produselor alimentare.	4
Capitolul 6. Substanțe antinutritive naturale prezente în produsele alimentare	4
Capitolul 7. Influența prelucrării tehnologice asupra valorii nutritive.	4
Capitolul 8. Valoarea nutritivă a principalelor grupe de produse alimentare.	4

**Se vor specifica pe scurt conținutul disciplinei la curs și Lucrări practice L/S/P (denumire capitol și conținut capitol)*

LUCRĂRI PRACTICE L/S/P	Nr. ore
1. Norme de protecția muncii în laborator. Definiții. Noțiuni generale. Stabilirea temelor de proiect.	2
2. Compoziția unor produse alimentare. Continut în macronutrienți și micronutrienți (mod de exprimare și exemplificare pe diferite categorii de produse alimentare).	2
3. Valoarea energetică a produselor alimentare - mod de calcul și exemplificare pe diferite categorii de produse alimentare. Utilizarea bazelor de date nutriționale.	2
4. Valoarea nutritivă a produselor alimentare, VN10 - mod de calcul și exemplificare pe diferite categorii de produse alimentare. Utilizarea bazelor de date nutriționale.	2

5. Stabilirea necesarului energetic în funcție de factorii de influență și relația cu meniurile stabilite.	2
6. Aplicarea cunoștințelor acumulate prin dezvoltarea unor meniuri cu caracteristici prestabilite (personalizate): necesarul de kcal/zi; numărul de mese (3+2); activitate fizică	14
7. Analiza și evaluarea soluțiilor propuse de studenți	4

BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ

1. Miteluț A.C., 2022, Principii de bază în alimentație și nutriție, Editura Printech, București, ISBN 978-606-23-1416-3, 221 pg.
2. Handbook of Nutritive Value of Processed Food: Volume 1: Food for Human Use, CRC Press, August 2019
3. Constantin Banu, Alimentație pentru sănătate, Ed. ASAB, 2009
4. Amalia Miteluț, Petru Niculita, Gabriela Nedita, Mona Popa s.a., 2007, Siguranță alimentară și analiză senzorială

EVALUARE

Tip de activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală %
Curs	Cunoașterea și înțelegerea conceptelor, teoriilor și principiilor de bază ale nutriției și alimentației umane.	Examen scris	60 %
L/P/S	Evaluarea însușirii terminologiei specifice și a capacității de a dezvolta meniuri după criterii prestabilite. Susținerea proiectului realizat.	Realizare și prezentare temă.	40 %

Titularul activităților de curs: Prof. Dr. Habil. Miteluț Amalia Carmen

Titularul activităților de lucrări practice L/S/P: Prof. Dr. Habil. Miteluț Amalia Carmen