



## Technologia potraw w dietetyce

1. METRYCZKA	
Rok akademicki	2022/23
Wydział	Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka
Dyscyplina wiodąca (zgodnie z załącznikiem do Rozporządzenia Ministra MSW z 26 lipca 2019)	Nauki o zdrowiu
Profil studiów (ogólnoakademicki/praktyczny)	Praktyczny
Poziom kształcenia (I stopnia/II stopnia/ jednolite magisterskie)	Magisterskie
Forma studiów (stacjonarne/niestacjonarne)	Stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu (obowiązkowy/fakultatywny)	Obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się (egzamin/zaliczenie)	Egzamin

Jednostka/jednostki prowadząca/e (oraz adres/jednostki/jednostek)	Zakład Żywienia Człowieka
Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Dr hab. Iwona Traczyk
Koordynator przedmiotu (tytuł, imię, nazwisko, kontakt)	Dr n. med. Alicja Kucharska alicja.kucharska@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus (imię, nazwisko oraz kontakt do osoby, której należy zgłaszać uwagi dotyczące sylabusu)	Dr n. med. Alicja Kucharska alicja.kucharska@wum.edu.pl
Prowadzący zajęcia	Dr Beata Sińska, dr Alicja Kucharska, mgr Leszek Wronka

2. INFORMACJE PODSTAWOWE				
Rok i semestr studiów	II mgr, semestr zimowy		Liczba punktów ECTS	3,0
FORMA PROWADZENIA ZAJĘĆ		Liczba godzin	Kalkulacja punktów ECTS	
Godziny kontaktowe z nauczycielem akademickim				
wykład (W)		16	0,5	
seminarium (S)		12	0,4	
ćwiczenia (C)		44	1,4	
e-learning (e-L)				
zajęcia praktyczne (ZP)				
praktyka zawodowa (PZ)				
Samodzielna praca studenta				

Przygotowanie do zajęć i zaliczeń	20	0,7
-----------------------------------	----	-----

3. CELE KSZTAŁCENIA	
C1	Scharakteryzowanie grup produktów spożywczych pod kątem przydatności kulinarnej i zmian zachodzących w produktach podczas przetwarzania.
C2	Dobieranie produktów, potraw i technik kulinarnych do różnych diet objętych systemem dietetycznym oraz ich ocena pod kątem wartości energetycznej i odżywczej.
C3	Opanowanie wiedzy z zakresu oceny sensorycznej i organoleptycznej produktów i potraw oraz technologicznych, ekonomicznych i zdrowotnych aspektów produkcji potraw.
C4	Poszerzenie wiedzy na temat wpływu obróbki na wartość odżywczą i właściwości organoleptyczne żywności.
C5	Planowanie i przygotowywanie różnych potraw, dań z wykorzystywaniem różnych technik gastronomicznych.

4. EFEKTY UCZENIA SIĘ	
Numer efektu uczenia się	Efekty w zakresie
Wiedzy — Absolwent zna i rozumie:	
E_W18	Wyjaśnia znaczenie i rolę prozdrowotną wybranych składników odżywczych oraz różnych grup produktów spożywczych
E_W31	Przestawia zasady profilaktyki chorób i łączy je z dobrymi praktykami kulinarnymi
E_W54	Zna technologię potraw, podstawy towaroznawstwa oraz asortyment dań dietetycznych
Umiejętności — Absolwent potrafi:	
E_U29	Przygotowuje, modyfikuje, nadzoruje wytwarzanie potraw wchodzących w skład różnego rodzaju diet
E_U30	W pracy zawodowej wykorzystuje wiedzę z dziedziny towaroznawstwa, jakości i bezpieczeństwa żywności.
E_U31	Określa zmiany w wartości odżywczej surowców i potraw w zależności od warunków i czasu przechowywania oraz sposobu przetworzenia.
E_U32	Oblicza wartość odżywczą pożywienia na podstawie tabel wartości odżywczej produktów spożywczych i typowych potraw, programów komputerowych
E_U36	Stosuje w praktyce różne metody zmiany wrażliwości sensorycznej w celach akceptacji produktów prozdrowotnych oraz potrafi dobrać odpowiednie produkty i zastosować właściwą obróbkę technologiczną w celu uzyskania potraw o najwyższej wartości odżywczej
E_U53	Potrafi dobrać odpowiednie produkty i zastosować właściwą obróbkę

	technologiczną w celu uzyskania potraw o najwyższej wartości sensorycznej oraz stosuje różne metody oceny sensorycznej w celu badania akceptowalności, preferencji i pożądalności produktów i potraw	
Kompetencji społecznych — Absolwent jest gotów do:		
E_K 01	Posiada świadomość ograniczeń swojej wiedzy	
E_K 09	Przestrzega zasad bezpieczeństwa i higieny pracy	
E_K 14	Świadomy potrzeby stałego uzupełniania i pogłębiania wiedzy	
E_K50	Pracuje w grupie i potrafi zarządzać jej członkami	
<b>5. ZAJĘCIA</b>		
Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
Wykłady		
Wykład 1	Optymalizacja jakości potraw w procesie kulinarnym. Wpływ przetwarzania żywności na jej cechy sensoryczne.	E_W18, E_W31, E_W54 E_K 01, E_K 14
Wykład 2	Białkowe produkty żywnościowe (mięso, mleko i jego przetwory, jaja) – budowa i skład chemiczny. Dobór metod obróbki cieplnej, metody rozmrażania. Technologia produkcji dań z produktów białkowych.	E_W18, E_W31, E_W54 E_K 01, E_K 14
Wykład 3	Tłuszcze i produkty tłuszczowe – charakterystyka i znaczenie technologiczne, wartość odżywcza. Dobór tłuszczów w zależności od potrzeb gastronomicznych i żywieniowych. Technologia produkcji dań z produktów tłuszczowych.	E_W18, E_W31, E_W54 E_K 01, E_K 14
Wykład 4	Charakterystyka wybranych produktów węglowodanowych. Cukier i syropy cukrowe. Miód naturalny. Dobór metod obróbki cieplnej, metody rozmrażania. Technologia produkcji dań z produktów węglowodanowych.	E_W18, E_W31, E_W54 E_K 01, E_K 14
Wykład 5	Wykorzystanie właściwości zagęszczających skrobi i innych zagęstników w produkcji potraw. Charakterystyka skrobi. Właściwości strukturotwórcze skrobi w produkcji potraw. Hydrokoloidy polisacharydowe stosowane w przemysłowej produkcji potraw.	E_W18, E_W31, E_W54 E_K 01, E_K 14
Wykład 6	Technologia potraw o charakterze prozdrowotnym.	E_W18, E_W31, E_W54 E_K 01, E_K 14
Wykład 7	Technologiczno-żywnościowe aspekty stosowania koncentratów spożywczych w żywieniu człowieka. Korzyści i zagrożenia wykorzystania koncentratów w technologii potraw i ich wpływ na zdrowie.	E_W18, E_W31, E_W54 E_K 01, E_K 14

Wykład 8	Nowe trendy w produkcji potraw.	E_W18, E_W31, E_W54 E_K 01, E_K 14
Seminaria		
Seminarium 1	Planowanie zindywidualizowanej diety w otyłości.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U30, E_U32, E_U53 E_K50
Seminarium 2	Planowanie zindywidualizowanej diety w chorobach układu krążenia.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U30, E_U32, E_U53 E_K50
Seminarium 3	Planowanie zindywidualizowanej diety w insulinooporności/ cukrzycy typu 2.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U30, E_U32, E_U53 E_K50
Ćwiczenia		
Ćwiczenia 1	Diety eliminacyjne, zdrowe warianty dań typu fast food, mało znane dania z nasion roślin strączkowych z punktu widzenia technologii potraw.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53, E_K 09, E_K50
Ćwiczenia 2	Realizacja zaplanowanego jadłospisu – dieta ubogoenergetyczna.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53, E_K 09, E_K50
Ćwiczenia 3	Realizacja zaplanowanego jadłospisu – dieta DASH.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53, E_K 09, E_K50
Ćwiczenia 4	Realizacja zaplanowanego jadłospisu – dieta Ornisha.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53, E_K 09, E_K50
Ćwiczenia 5	Realizacja zaplanowanego jadłospisu – dieta w	E_W18, E_W31,

	insulinooporności/ cukrzycy typu 2.	E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53, E_K 09, E_K50
Ćwiczenia 6	Dieta roślinna w praktyce: realizacja jadłospisu o wysokiej zawartości żelaza/białka/i in.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53, E_K 09, E_K50
Ćwiczenia 7	Dieta w oparciu o dania gotowe.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53, E_K 09, E_K50
Ćwiczenia 8	Potrawy bez cukru/jaj/mleka, stosowanie zamienników.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53, E_K 09, E_K50
Ćwiczenia 9	Potrawy bez glutenu.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53, E_K 09, E_K50
Ćwiczenia 10	Zdrowe warianty dań typu fast food.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53, E_K 09, E_K50
Ćwiczenia 11	Mało znane potrawy z nasion roślin strączkowych.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53, E_K 09, E_K50
<b>6. LITERATURA</b>		
<b>Obowiązkowa</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Palich P., Ociecek A., Zarys technologii żywności i towaroznawstwa, Wyd. Uczelniane TiH, Bydgoszcz 2004</li> <li>2. Świdorski F., Waszkiewicz-Robak B., Towaroznawstwo żywności przetworzonej z elementami technologii, Wyd. SGGW, Warszawa 2010</li> <li>3. Czarniecka-Skubina E (red.), Technologia gastronomiczna, Wy. SGGW, Warszawa 2016</li> </ol>		

Uzupełniająca		
7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ		
Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
E_W18, E_W31, E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53,	Egzamin	<b>Kryteria ocen z egzaminu końcowego:</b> 65-71% - dostateczny (3,0) 72-78% - dość dobry (3,5) 79-85% - dobry (4,0) 86-92% - ponad dobry (4,5) 93-100% - bardzo dobry (5,0)
E_W18, E_W31, E_W54 E_U30, E_U32, E_U53	Przygotowanie jadłospisu zgodnie z zaleceniami nauczyciela (12 pkt.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– planowanie diety, (2 pkt.)</li> <li>– wyrażenie ilości produktów i potraw w gramach i miarach domowych (2 pkt.)</li> <li>– obliczenie wartości energetycznej i odżywczej jadłospisu (2 pkt.)</li> <li>– zaplanowanie listy niezbędnych do sporządzenia diety (2 pkt.)</li> <li>– podanie instrukcji dotyczących przygotowania posiłków (2 pkt.)</li> <li>– podanie wskazówek ułatwiających stosowanie diety (2 pkt.)</li> </ul> <b>zaliczenie od 8 pkt.</b>
E_W18, E_W31,	wykonanie jadłospisu/potrawy (12 pkt)	– kompletność stroju,

E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53		przestrzeganie zasad higieny osobistej (2 pkt.) – przygotowanie potraw (2 pkt.) – prezentacja i omówienie przygotowanej potrawy, dyskusja (6 pkt.) – sprzątnięcie po zajęciach (2 pkt.) <b>zaliczenie od 8 pkt.</b>
---	--	---

8. INFORMACJE DODATKOWE

Wykłady odbywają się online na MS Teams

Seminaria i ćwiczenia odbywają się stacjonarnie (Zakład Żywienia Człowieka)