



Technologia potraw w dietetyce

1. METRYCZKA	
Rok akademicki	2021/22
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 alicia.kucharska@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus (imię, nazwisko oraz kontakt do osoby, której należy zgłaszać uwagi dotyczące sylabusa)	Dr n. med. Alicja Kucharska alicia.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	
seminarium (S)		12	
ćwiczenia (C)		44	
e-learning (e-L)			
zajęcia praktyczne (ZP)			
praktyka zawodowa (PZ)			
Samodzielna praca studenta			
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń			

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:	
W1	definiuje cechy sensoryczne i organoleptyczne żywności
W2	zna czynniki kształtujące cechy sensoryczne żywności
W3	opisuje wpływ obróbki wstępnej i termicznej na cechy sensoryczne żywności i jej wartość odżywczą
W4	charakteryzuje białkowe produkty żywnościowe oraz ich budowę i skład chemiczny
W5	definiuje, podaje rodzaje, charakteryzuje i zna znaczenie technologiczne produktów tłuszczowych
W6	zna technologię dań z wykorzystaniem produktów tłuszczowych
W7	zna rodzaje, charakteryzuje i zna zastosowanie technologiczne produktów węglowodanowych
W8	zna technologię dań z wykorzystaniem produktów węglowodanowych
W9	potrafi zdefiniować właściwości zagęszczające skrobi i innych zagęstników
W10	charakteryzuje skrobię i jej właściwości strukturotwórcze
W11	opisuje hydrokoloidy polisacharydowe stosowane w przemysłowej produkcji potraw
W12	zna składniki i technologię potraw o charakterze prozdrowotnym (light, bezlaktozowa, bezglutenowa)

W13	charakteryzuje technologiczno-żywnościowe aspekty stosowania koncentratów spożywczych w żywieniu człowieka
W14	przedstawia korzyści i zagrożenia wykorzystania koncentratów w technologii potraw i ich wpływ na zdrowie
W15	zna zastosowanie technologiczne zamienników produktów wykluczanych w dietach eliminacyjnych
W16	opisuje nowe technologie w produkcji potraw m.in. kuchnia molekularna
W17	zna normy i zalecenia żywieniowe w wybranych jednostkach chorobowych
W18	zna asortyment dań gotowych

Umiejętności — Absolwent potrafi:

U1	dobiera obróbkę cieplną do wybranych produktów białkowych, węglowodanowych, tłuszczowych
U2	planuje zindywidualizowaną, zbilansowaną dietę dla różnych pacjentów (m.in. z nadmierną masą ciała, chorobami układu krążenia, cukrzycą)
U3	określa ilości produktów i potraw w gramach oraz miarach domowych, oblicza wartość energetyczną i odżywczą jadłospisu dla różnych pacjentów (m.in. z nadmierną masą ciała, chorobami układu krążenia, cukrzycą)
U4	planuje listy zakupów niezbędnych do sporządzenia diety dla różnych pacjentów (m.in. z nadmierną masą ciała, chorobami układu krążenia, cukrzycą)
U5	sporządza instrukcje dotyczące przygotowania posiłków dla różnych pacjentów (m.in. z nadmierną masą ciała, chorobami układu krążenia, cukrzycą)
U6	przygotowuje wskazówki ułatwiające stosowanie diety dla różnych pacjentów (m.in. z nadmierną masą ciała, chorobami układu krążenia, cukrzycą)
U7	Opracowuje przepisy i praktyczne wskazówki technologiczne w dietach eliminacyjnych
U8	Przygotowuje potrawy w dietach eliminacyjnych (bez mleka, bez jaj, bez glutenu, bez mięsa, bez cukru)
U9	Opracowuje przepisy na zdrowe dania z zastosowaniem produktów roślinnych
U10	Przygotowanie jadłospisów/potraw zaplanowanych dla wybranych pacjentów
U11	Identyfikuje ewentualne błędy zaplanowanych i wykonanych potraw/jadłospisach i proponuje możliwości korekty
U12	Komponuje i ocenia jadłospisy na bazie dań gotowych

Kompetencje społecznych — Absolwent jest gotów do:

K1	Potrafi współpracować i komunikować się z zespołem
K2	Posiada świadomość własnych ograniczeń i wie kiedy zwrócić się do innych specjalistów

K3	Bierze odpowiedzialność za działania własne i właściwie organizuje własną pracę	
K4	Przestrzega zasad bezpieczeństwa i higieny pracy oraz ergonomii	
5. ZAJĘCIA		
Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
Wykłady		
Wykład 1	Optymalizacja jakości potraw w procesie kulinarnym. Wpływ przetwarzania żywności na jej cechy sensoryczne.	W1, W2, W3
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.	W3, W4 U1
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.	W3, W5, W6 U1
Wykład 4	Charakterystyka wybranych produktów węglowodanowych. Cukier i syropy cukrowe. Miód naturalny. Dobór metod obróbki cieplnej, metody rozmrażania. Technologia produkcji dań z produktów węglowodanowych.	W3, W7, W8 U1
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.	W9, W10, W11
Wykład 6	Technologia potraw o charakterze prozdrowotnym.	W12
Wykład 7	Technologiczno-żywnościowe aspekty stosowania koncentratów spożywczych w żywieniu człowieka. Korzyści i zagrożenia wykorzystania koncentratów w technologii potraw i ich wpływ na zdrowie.	W13, W14
Wykład 8	Nowe trendy w produkcji potraw.	W16
Seminaria		
Seminarium 1	Planowanie zindywidualizowanej diety w otyłości.	W17 U1-U6 K1, K2
Seminarium 2	Planowanie zindywidualizowanej diety w chorobach układu krążenia.	W17 U1-U6 K1, K2
Seminarium 3	Planowanie zindywidualizowanej diety w insulinooporności/ cukrzycy typu 2.	W17 U1-U6

		K1, K2
Ćwiczenia		
Ćwiczenia 1	Diety eliminacyjne, zdrowe warianty dań typu fast food, mało znane dania z nasion roślin strączkowych z punktu widzenia technologii potraw.	W15 U7, U8, U9 K1-K4
Ćwiczenia 2	Realizacja zaplanowanego jadłospisu – dieta ubogoenergetyczna.	U1, U10, U11 K1-K4
Ćwiczenia 3	Realizacja zaplanowanego jadłospisu – dieta DASH.	U1, U10, U11 K1-K4
Ćwiczenia 4	Realizacja zaplanowanego jadłospisu – dieta Ornisha.	U1, U10, U11 K1-K4
Ćwiczenia 5	Realizacja zaplanowanego jadłospisu – dieta w insulinooporności/ cukrzycy typu 2.	U1, U10, U11 K1-K4
Ćwiczenia 6	Dieta roślinna w praktyce: realizacja jadłospisu o wysokiej zawartości żelaza/białka/i in.	U1, U10 K1-K4
Ćwiczenia 7	Dieta w oparciu o dania gotowe.	W18 U1, U12 K1-K4
Ćwiczenia 8	Potrawy bez cukru/jaj/mleka, stosowanie zamienników.	U1, U8
Ćwiczenia 9	Potrawy bez glutenu.	U1, U8
Ćwiczenia 10	Zdrowe warianty dań typu fast food.	U1, U8
Ćwiczenia 11	Mało znane potrawy z nasion roślin strączkowych.	U1, U8
6. LITERATURA		
Obowiązkowa		
1. Palich P., Ocieczek A., Zarys technologii żywności i towaroznawstwa, Wyd. Uczelniane TiH, Bydgoszcz 2004		
2. Świdorski F., Waszkiewicz-Robak B., Towaroznawstwo żywności przetworzonej z elementami technologii, Wyd. SGGW, Warszawa 2010		
3. Czarniecka-Skubina E (red.), Technologia gastronomiczna, Wy. SGGW, Warszawa 2016		
Uzupełniająca		
7. SPOSOBY WERYFIKACJI EFEKTÓW UCZENIA SIĘ		
Symbol przedmiotowego efektu uczenia się	Sposoby weryfikacji efektu uczenia się	Kryterium zaliczenia
W1-W18	Egzamin	Kryteria ocen z egzaminu końcowego:

		<p>65-71% - dostateczny (3,0)</p> <p>72-78% - dość dobry (3,5)</p> <p>79-85% - dobry (4,0)</p> <p>86-92% - ponad dobry (4,5)</p> <p>93-100% - bardzo dobry (5,0)</p>
U1-U6	Przygotowanie jadłospisu zgodnie z zaleceniami nauczyciela (12 pkt.)	<ul style="list-style-type: none"> – planowanie diety, (2 pkt.) – wyrażenie ilości produktów i potraw w gramach i miarach domowych (2 pkt.) – obliczenie wartości energetycznej i odżywczej jadłospisu (2 pkt.) – zaplanowanie listy niezbędnych do sporządzenia diety (2 pkt.) – podanie instrukcji dotyczących przygotowania posiłków (2 pkt.) – podanie wskazówek ułatwiających stosowanie diety (2 pkt.) <p>zaliczenie od 8 pkt.</p>
U1, U7-12	wykonanie jadłospisu/potrawy (12 pkt)	<ul style="list-style-type: none"> – kompletność stroju, przestrzeganie zasad higieny osobistej (2 pkt.) – przygotowanie potraw (2 pkt.) – prezentacja i omówienie przygotowanej potrawy, dyskusja (6 pkt.) – sprzątnięcie po

		zajęciach (2 pkt.) zaliczenie od 8 pkt.
--	--	---

8. I NFORMACJE DODATKOWE (informacje istotne z punktu widzenia nauczyciele niezawarte w pozostałej części sylabusu, np. czy przedmiot jest powiązany z badaniami naukowymi, szczegółowy opis egzaminu, informacje o kole naukowym)