

**ГІГІЄНА ХАРЧУВАННЯ**  
**Кафедра інженерії харчового виробництва**  
**Біолого-технологічний факультет**

<i>Семестр</i>	7
<i>Освітній ступінь</i>	Бакалавр
<i>Кількість кредитів ЄКТС</i>	3
<i>Форма контролю</i>	залік
<i>Викладач</i>	к.т.н., доцент СУМСЬКА Ольга Петрівна

**Метою** вивчення навчальної дисципліни «Гігієна харчування» є формування у здобувачів комплексу необхідних базових теоретичних знань і практичних навичок щодо гігієни харчування, нутрієнтного складу харчових продуктів їх харчової та біологічної цінності, здорового харчування, сучасних концепцій збалансованого харчування, енергетичних затрат організму.

**Завдання:** – закріпити в свідомості студентів забезпечення збалансованим економічно рентабельним та безпечним харчуванням усіх груп населення. Придбання сучасних знань в галузі фізіологічних особливостей, біохімічних основ травлення, регуляторних механізмів підтримки гомеостазу людини залежно від його статевої, вікової, національної належності, умов праці та мешкання, фізіологічного стану та характеру захворювання

**Загальні компетенції.** Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями та пошуку. Знання та розуміння предметної області, розуміння професійної діяльності. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел. Здатність до вирішення проблем інноваційного характеру та пошуку альтернативних рішень у професійній діяльності. Уміння розв'язувати поставлені задачі та приймати відповідні обґрунтовані рішення. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

**Фахові компетенції.** Здатність визначати та розв'язувати широке коло проблем і задач харчових технологій завдяки розумінню їхніх основ та проведення теоретичних і експериментальних досліджень. Здатність розробляти нові та удосконалювати існуючі харчові технології з врахуванням раціонального харчування, ресурсозаощадження. Навички роботи зі спеціальним лабораторним обладнанням та вимірною технікою із застосуванням сучасних методів досліджень та здатність до організації і проведення контролю якості сировини, напівфабрикатів і харчових продуктів.

**Програмні результати навчання:** Знати і розуміти природничі науки в обсязі, необхідному для професійної діяльності в харчових технологіях. Знати наукові основи технологічних процесів харчових виробництв та закономірності фізико-хімічних, біохімічних і мікробіологічних перетворень основних компонентів продовольчої сировини під час технологічного перероблення. Знати і розуміти основні чинники впливу на перебіг процесів синтезу та метаболізму складових компонентів харчових продуктів і роль нутрієнтів у харчуванні людини.

**Зміст за темами:**

Тема 1. Гігієна харчування як наука про збереження здоров'я.

Тема 2. Сучасний стан та основні напрямки трофогігієни.

Тема 3. Макронутрієнти, мікронутрієнти: класифікація, значення для організму, джерела надходження.

Тема 4. Раціони харчування. Правила раціонального харчування.

Тема 5. Біологічно активні складові харчових продуктів: визначення, класифікація.

Тема 6. Основи профілактики аліментарних та аліментарно зумовлених захворювань.