



Technologia potraw w dietetyce

1. METRYCZKA

Rok akademicki	2024/2025
Wydział	Nauk o Zdrowiu
Kierunek studiów	Dietetyka
Dyscyplina wiodąca	Nauki o zdrowiu
Profil studiów	Praktyczny
Poziom kształcenia	II stopnia
Forma studiów	Stacjonarne
Typ modułu/przedmiotu	Obowiązkowy
Forma weryfikacji efektów uczenia się	Egzamin
Jednostka prowadząca /jednostki prowadzące	Zakład Żywienia Człowieka
Kierownik jednostki/kierownicy jednostek	Dr Beata Sińska
Koordynator przedmiotu	Dr n. med. Alicja Kucharska alicia.kucharska@wum.edu.pl
Osoba odpowiedzialna za sylabus	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, III sem	Liczba punktów ECTS	3,00
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		

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 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_W17	Wyjaśnia znaczenie i rolę prozdrowotną wybranych składników odżywczych oraz różnych grup produktów spożywczych
E_W30	Przestawia zasady profilaktyki chorób i łączy je z dobrymi praktykami kulinarnymi
E_W50	Zna technologię potraw, podstawy towaroznawstwa oraz asortyment dań dietetycznych

Umiejętności – Absolwent potrafi:

E_U28	Przygotowuje, modyfikuje, nadzoruje wytwarzanie potraw wchodzących w skład różnego rodzaju diet
E_U29	W pracy zawodowej wykorzystuje wiedzę z dziedziny towaroznawstwa, jakości i bezpieczeństwa żywności.
E_U30	Określa zmiany w wartości odżywczej surowców i potraw w zależności od warunków i czasu przechowywania oraz sposobu przetworzenia.

E_U31	Oblicza wartość odżywczą pożywienia na podstawie tabel wartości odżywczej produktów spożywczych i typowych potraw, programów komputerowych
-------	--

Kompetencje 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_K47	Pracuje w grupie i potrafi zarządzać jej członkami

5. ZAJĘCIA

Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
W1	Optymalizacja jakości potraw w procesie kulinarnym. Wpływ przetwarzania żywności na jej cechy sensoryczne.	E_W17, E_W30, E_W50 E_K 01, E_K 14
W2	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_W17, E_W30, E_W50 E_K 01, E_K 14
W3	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_W17, E_W30, E_W50 E_K 01, E_K 14
W4	Charakterystyka wybranych produktów węglowodanowych. Cukier i syropy cukrowe. Miód naturalny. Dobór metod obróbki cieplnej, metody rozmrażania. Technologia produkcji dań z produktów węglowodanowych.	E_W17, E_W30, E_W50 E_K 01, E_K 14
W5	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_W17, E_W30, E_W50 E_K 01, E_K 14
W6	Technologia potraw o charakterze prozdrowotnym.	E_W17, E_W30, E_W50 E_K 01, E_K 14
W7	Technologiczno-żywnościowe aspekty stosowania koncentratów spożywczych w żywieniu człowieka. Korzyści i zagrożenia wykorzystania koncentratów w technologii potraw i ich wpływ na zdrowie.	E_W17, E_W30, E_W50 E_K 01, E_K 14
W8	Nowe trendy w produkcji potraw.	E_W17, E_W30, E_W50 E_K 01, E_K 14
S1	Planowanie zindywidualizowanej diety w otyłości.	E_W17, E_W30, E_W50 E_U28, E_U31 E_K47
S2	Planowanie zindywidualizowanej diety w chorobach układu krążenia.	E_W17, E_W30, E_W50 E_U29, E_U31 E_K47
S3	Planowanie zindywidualizowanej diety w insulinooporności/ cukrzycy typu 2.	E_W17, E_W30, E_W50 E_U29, E_U31 E_K47

Ć1	Diety eliminacyjne, zdrowe warianty dań typu fast food, mało znane dania z nasion roślin strączkowych z punktu widzenia technologii potraw.	E_W17, E_W30, E_W50 E_U28, E_U29, E_U30, E_U31, E_K09, E_K47
Ć2	Realizacja zaplanowanego jadłospisu – dieta ubogoenergetyczna.	E_W17, E_W30, E_W50 E_U28, E_U29, E_U30, E_U31, E_K09, E_K47
Ć3	Realizacja zaplanowanego jadłospisu – dieta DASH.	E_W17, E_W30, E_W50 E_U28, E_U29, E_U30, E_U31, E_K09, E_K47
Ć4	Realizacja zaplanowanego jadłospisu – dieta Ornisha.	E_W17, E_W30, E_W50 E_U28, E_U29, E_U30, E_U31, E_K09, E_K47
Ć5	Realizacja zaplanowanego jadłospisu – dieta w insulinooporności/ cukrzycy typu 2.	E_W17, E_W30, E_W50 E_U28, E_U29, E_U30, E_U31, E_K09, E_K47
Ć6	Dieta roślinna w praktyce: realizacja jadłospisu o wysokiej zawartości żelaza/białka/i in.	E_W17, E_W30, E_W50 E_U28, E_U29, E_U30, E_U31, E_K09, E_K47
Ć7	Dieta w oparciu o dania gotowe.	E_W17, E_W30, E_W50 E_U28, E_U29, E_U30, E_U31, E_K09, E_K47
Ć8	Potrawy bez cukru/jaj/mleka, stosowanie zamienników.	E_W17, E_W30, E_W50 E_U28, E_U29, E_U30, E_U31, E_K09, E_K47
Ć9	Potrawy bez glutenu.	E_W17, E_W30, E_W50 E_U28, E_U29, E_U30, E_U31, E_K09, E_K47
Ć10	Zdrowe warianty dań typu fast food.	E_W17, E_W30, E_W50 E_U28, E_U29, E_U30, E_U31, E_K09, E_K47
Ć11	Mało znane potrawy z nasion roślin strączkowych.	E_W17, E_W30, E_W50 E_U28, E_U29, E_U30, E_U31, E_K09, E_K47

6. LITERATURA

Obowiązkowa

1. Palich P., Ocieczek A., Zarys technologii żywności i towaroznawstwa, Wyd. Uczelniane TiH, Bydgoszcz 2004
2. Świderski 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
--	--	----------------------

E_W17, E_W30, E_W50 E_U28, E_U29 E_U30, E_U31,	Egzamin	Kryteria ocen z egzaminu końcowego: 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_W17, E_W30, E_W50 E_U29	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.) zaliczenie od 8 pkt.
E_W17, E_W30, E_W50 E_U28, E_U29, E_U30, E_U31	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.) 1. zaliczenie od 8 pkt.

8. INFORMACJE DODATKOWE

(tu należy zamieścić 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)

Prawa majątkowe, w tym autorskie, do sylabusu przysługują WUM. Sylabus może być wykorzystywany dla celów związanych z kształceniem na studiach odbywanych w WUM. Korzystanie z sylabusu w innych celach wymaga zgody WUM.

UWAGA

Końcowe 10 minut ostatnich zajęć w bloku/semestrze/roku należy przeznaczyć na wypełnienie przez studentów Ankiety Oceny Zajęć i Nauczycieli Akademickich