



Technologia potraw w dietetyce

1. METRYCZKA

Rok akademicki	2025/2026
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 hab. 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 hab. 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	0,6
seminarium (S)	12	0,5
ćwiczenia (C)	44	0,8
e-learning (e-L)		
zajęcia praktyczne (ZP)		
praktyka zawodowa (PZ)		
Samodzielna praca studenta		
Przygotowanie do zajęć i zaliczeń	3	0,1

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_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

5. ZAJĘCIA

Forma zajęć	Treści programowe	Efekty uczenia się
W1	Wpływ przetwarzania żywności na jej cechy sensoryczne.	E_W18, E_W31, E_W54 E_K 01, E_K 14
W2	Białkowe produkty żywnościowe (mięso, mleko i jego przetwory, jaja) – budowa i skład chemiczny.	E_W18, E_W31, E_W54 E_K 01, E_K 14
W3	Tłuszcze i produkty tłuszczowe – charakterystyka i znaczenie technologiczne, wartość odżywcza.	E_W18, E_W31, E_W54 E_K 01, E_K 14
W4	Charakterystyka wybranych produktów węglowodanowych. Cukier i syropy cukrowe. Miód naturalny.	E_W18, E_W31, E_W54 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_W18, E_W31, E_W54 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. Nowe trendy w produkcji potraw.	E_W18, E_W31, E_W54 E_K 01, E_K 14
S1	Planowanie zindywidualizowanej diety w otyłości.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U30, E_U32, E_U53 E_K50
S2	Planowanie zindywidualizowanej diety w chorobach układu krążenia.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U30, E_U32, E_U53 E_K50
S3	Planowanie zindywidualizowanej diety w insulinooporności/ cukrzycy typu 2.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U30, E_U32, E_U53 E_K50
Ć1	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
Ć2	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

Ć3	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
Ć4	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
Ć5	Realizacja zaplanowanego jadłospisu – dieta w insulinooporności/ cukrzycy typu 2.	E_W18, E_W31, E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53, E_K 09, E_K50
Ć6	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
Ć7	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
Ć8	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
Ć9	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
Ć10	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
Ć11	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

6. LITERATURA

Obowiązkowa

1. Palich P., Ociecek 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
E_W18, E_W31, E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53,	Egzamin	Kryteria ocen z egzaminu końcowego: 60 – 69% - dostateczny (3,0) 70 – 79% - dość dobry (3,5) 80 – 89% - dobry (4,0) 90 – 95% - ponad dobry (4,5) 96 – 100% - bardzo dobry (5,0)

E_W18, E_W31, E_W54 E_U30, E_U32, E_U53	Przygotowanie jadłospisu zgodnie z zaleceniami nauczyciela	– planowanie diety – wyrażenie ilości produktów i potraw w gramach i miarach domowych – obliczenie wartości energetycznej i odżywczej jadłospisu – zaplanowanie listy niezbędnych do sporządzenia diety – podanie instrukcji dotyczących przygotowania posiłków – podanie wskazówek ułatwiających stosowanie diety zaliczenie – pozytywna ocena nauczyciela za wykonanie powyższych elementów
E_W18, E_W31, E_W54 E_U29, E_U30, E_U31, E_U32, E_U36, E_U53	wykonanie jadłospisu/potrawy	– kompletność stroju, przestrzeganie zasad higieny osobistej – przygotowanie potraw – prezentacja i omówienie przygotowanej potrawy, dyskusja – sprzątanie po zajęciach zaliczenie – pozytywna ocena nauczyciela za wykonanie powyższych elementów
	Możliwe 2 nieobecności na zajęciach	Dopuszczalne są 2 nieobecności na zajęciach liczonych łącznie seminaRIA i ćwiczenia

8. INFORMACJE DODATKOWE

(tu należy zamieścić informacje istotne z punktu widzenia nauczyciela 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