

IZVEDBENI PLAN NASTAVE

Naziv kolegija	PREHRANA SA SANITARNO KONTROLOM	P	S	V	ECTS
		30	-	30	5
Studij	Stručni preddiplomski studij sanitarnog inženjerstva				
Nositelj kolegija	Dr.sc. Dario Lasić, dipl.ing.				
Nastavnici	Dr.sc. Dario Lasić, dipl.ing.				
Asistenti	Sanja Jelušić, dipl.ing.				
NASTAVNE JEDINICE				SATI	
Predavanja	<ol style="list-style-type: none"> 1. Uvod, osnovni pojmovi, osnove načela pravilne prehane 2. Nutritivne i energetske potrebe čovjeka; Voda 3. Probavni sustav, razgradnja i apsorpcija nutrijenata 4. Označavanje hrane; Uvod u kemiju hrane 5. Bjelančevine: sastav, uloga, metabolizam, dnevne potrebe 6. Masti: sastav, uloga, metabolizam, dnevne potrebe 7. Ugljikohidrati: sastav, uloga, metabolizam, dnevne potrebe 8. Vitamini i minerali: glavni predstavnici sastav, uloga, dnevne potrebe 9. Kategorje hrane: predstavnici, specifičnosti, hranjive vrijednosti, njihov dijetetski učinak (I dio) 10. Kategorje hrane: predstavnici, specifičnosti, hranjive vrijednosti, njihov dijetetski učinak (II dio) 11. Alergije i intolerancije podrijetlom iz hrane 12. Prehrana u dječjim vrtićima i školama; Prehrana starijih osoba 13. Sanitarna kontrola - primjer iz kliničke prakse 14. Načela planiranja obroka- primjer iz kliničke prakse 			<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>4</p> <p>2</p>	
Seminari	/				
Vježbe	<ul style="list-style-type: none"> - Metode za procjenu prehrambenog statusa koje obuhvaćaju antropometrijske metode i dijetetičke metode (stupanj uhranjenosti, Qx indeks, BMR...) 				

IZVEDBENI PLAN NASTAVE

	<ul style="list-style-type: none"> - Mjerenje unosa hrane i nutrijenata kroz tehnike mjerenja (dnevnik prehrane, 24 satno prisjećanje, upitnik učestalosti konzumiranja FFQ) - Upoznavanje s tablicama sa kemijskim sastavom hrane - Antropometrijska mjerenja kroz standardizirane antropometrijske metode (mjerenje rasta i sastava tijela bioelektričnom impedancijom, i mjerenje rasta i sastava tijela standardnim metodama) - Trendovi u prehrani i prehranbenom ponašanju - Planiranje jelovnika za osobe sa posebnim prehranbenim potrebama (dijabetes, celijakija, intolerancija na laktozu, hiperlipidemija, pretilost...) 	
Obaveze studenta	Prisustvovanje nastavi, aktivno prisustvo vježbama, položen završni kolokvij vježbi; stručni obilazak prehrambenoj industriji/kliničkom centru	
Literatura za kolegij	<ol style="list-style-type: none"> 1. Nastavni materijali 2. Živković, R.: Dijetetika. Zagreb: Naprijed, 2002. 3. Mandić M.L. Znanost o prehrani. Osijek: Prehrambeno tehnološki fakultet, Sveučilište J.J. Strossmayera u Osijeku; 2007. 4. Mahan L.K., Escott-Stump S. Krause's, Nutrition&Diet Therapy. 11th Edition. Elsevier; 2004. 5. Uredba (EU) br. 1169/2011 EU Parlamenta i Vijeća od 25. listopada 2011. o informiranju potrošača o hrani; 2011 i 2013. 	
Način održavanja ispita	Pismeni i usmeni ispit	
Dodatne informacije o kolegiju	<p>Ispitni rokovi Raspored ispitnih rokova objavljen je na mrežnim stranicama</p> <p>Konzultacije Raspored konzultacija objavljen je na mrežnim stranicama Utorkom nakon predavanja od 11- ili po potrebi na mail dario.lasic@stampar.hr</p> <p>Prezentacije predavanja objavljene su na web stranici</p> <p>Nastava se održava prema rasporedu objavljenim na mrežnim stranicama studija.</p>	