|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Naziv kolegija**  | PREHRANA SA SANITARNOM 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**  | 1. Uvod, osnovni pojmovi, osnove načela pravilne prehrane
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. Kategorije hrane: predstavnici, specifičnosti, hranjive vrijednosti, njihov dijetetski učinak (I dio)
10. Kategorije 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 prakse
 | 22222222222242 |
| **Seminari** | / |  |
| **Vježbe**  | * Metode za procjenu prehrambenog statusa koje obuhvaćaju antropometrijske metode i dijetetičke metode (stupanj uhranjenosti, Qx indeks, BMR…)
* 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 prehrambenom ponašanju
* Planiranje jelovnika za osobe sa posebnim prehrambenim 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** | 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**  | **Ispitni rokovi** Raspored ispitnih rokova objavljen je na mrežnim stranicama **Konzultacije** Raspored konzultacija objavljen je na mrežnim stranicama Utorkom nakon predavanja od 11- ili po potrebi na mail dario.lasic@stampar.hrPrezentacije predavanja objavljene su na web stranici **Nastava se održava prema rasporedu objavljenim na mrežnim stranicama studija.** |