|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 | | | 2  2  2  2  2  2  2  2  2  2  2  2  4  2 | |
| **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.hr  Prezentacije predavanja objavljene su na web stranici  **Nastava se održava prema rasporedu objavljenim na mrežnim stranicama studija.** | | | | |