

Назва дисципліни	Оздоровче харчування
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Курс (рік) навчання	II
Семестр (осінній/весняний)	осінній
Обсяг освітньої компоненти у кредитах*	4 кредити ЄКТС
Мова викладання	Українська
Передумови для вивчення освітньої компоненти	Ефективність засвоєння даного курсу підвищує попереднє вивчення таких навчальних дисциплін як «Харчова хімія».
Кафедра, яка забезпечує викладання освітньої компоненти	Кафедра туристичної інфраструктури та готельно-ресторанного господарства
Інформаційне забезпечення	Технічні засоби навчання: мультимедійне обладнання, ноутбук. Програмне забезпечення: система електронного навчання «Moodle»;
Форма проведення занять	Гібридна (змішана): лекції та семінарські заняття – очно/дистанційно
Форма семестрового контролю	залік
Ключові результати навчання (знання, уміння та інші компетентності):	

Ключові результати навчання (знання, уміння та інші компетентності):

Відповідно до освітньої програми, вивчення дисципліни сприяє формуванню в студентів вищої освіти таких **компетентностей**:

ЗК 01. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння сутності та принципів розвитку суспільства, природи і мислення та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань, вести здоровий спосіб життя.

ЗК 12. Здатність дотримання вимог охорони праці, збереження навколишнього середовища та безпеки життєдіяльності.

СК 01. Розуміти предметну область і оцінювати потенціал розвитку галузі гостинності з урахуванням потреб всіх можливих сегментів ринку готельно-ресторанного бізнесу.

СК 05. Здатність організувати ефективний виробничо-сервісний процес відповідно до тенденцій на ринку гостинності і потреб цільової аудиторії споживачів.

ПР 11. Розробляти нові послуги, використовуючи сучасні технології виробництва та обслуговування споживачів галузі гостинності.

ПРН 24. Зберігати та примножувати досягнення і цінності суспільства на основі розуміння місця предметної області у загальній системі знань, використовувати різні види та форми рухової активності для ведення здорового способу життя.

Короткий зміст дисципліни (що буде вивчатися, перелік тем):

Тема 1. Предмет та завдання курсу «Оздоровче харчування»,

Тема 2. Роль білків у харчуванні людини.

Тема 3. Значення жирів та вуглеводів у здоровому харчуванні.

Тема 4. Вітаміни та мінерали як складові харчових продуктів

Тема 5. Особливості здорового харчування різних верств населення.

Тема 6. Молоко та молочні продукти, яйця та яєчні продукти, риба та рибні продукти.

Тема 7. М'ясо та м'ясні продукти, овочі та фрукти.

Тема 8. Дієтичні добавки у здоровому харчуванні.

Тема 9. Складові формування раціонального харчового режиму.