

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Специальность Технология продукции общественного питания, 1 курс

Дисциплина: Физиология питания

Раздел 1

1. Выполнение домашнего задания по темам:

- Особенности переваривания белков, жиров, углеводов, конечные продукты переваривания.
- Значение пищевых веществ для организма человека. Последствия избытка или недостатка пищевых веществ.

Раздел 2

1. Выполнение домашнего задания по темам:

- Значение пищевых веществ для организма человека.
- Последствия избытка или недостатка пищевых веществ.
- Суточный расход энергии различных групп населения.
- Роль труда и физкультуры в обмене веществ.
- От чего зависит суточный расход энергии.

Раздел 3

1. Выполнение домашнего задания по темам:

- Особенности питания детей и подростков, студентов, пожилых людей.
- Разнообразие современных представлений о рациональном питании.

2. Примерная тематика рефератов:

- Модные диеты.
- Вегетарианство.
- Раздельное питание.
- Организация питания в учебных заведениях.
- Пищевые добавки.
- Питание современного человека.
- Функциональное питание.

Раздел 4

1. Выполнение домашнего задания по темам.
2. Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы:
 - Назначение и характеристика основных лечебных диет.
 - Подбор блюд для лечебного питания с учётом видов щажения по различным диетам.

Раздел 5

1. Выполнение домашнего задания по темам:
 - Порядок отбора проб для лабораторных испытаний, их упаковка, доставка в лабораторию, обеспечение сохранности.
 - Особенности отбора проб полуфабрикатов, готовых блюд, кулинарных и кондитерских изделий разных видов.