

Недарма над усіма
явищами людського
життя переважає турбота
про хліб насущний
И.П.Павлов



Технологія продуктів дієтичного харчування

НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА «Технологія продуктів дієтичного харчування»:

Освітньо-кваліфікаційний рівень – бакалавр

Загальна кількість годин – 120 годин (4,0 кредити)

лекцій – 16 годин, лабораторних – 24 години

Самостійна робота – 80 годин

Вид контролю – залік

ПОСТРЕКВІЗИТИ - опанування навчального матеріалу дисципліни «Технологія продуктів дієтичного харчування» дозволяє засвоїти знання та вміння на курсах, які пов'язані з технологіями переробки рослинної, тваринної сировини та виробництва продукції харчування

Мета навчальної дисципліни «Технологія продуктів дієтичного харчування» :

вивчення основ технології та організації лікувально-дієтичного харчування, характеристик механізму дієтичного раціону харчування хворої людини, методик застосування мінеральних вод України в комплексному лікуванні хворих, опанування принципів застосування різних дієт при найбільш поширених захворюваннях, методики дієтотерапії та характеристики дієт з опрацюванням законодавчих документів, нормативної, спеціальної, довідкової літератури та наукових ресурсів.



Основними завданнями навчальної дисципліни «Технологія продуктів дієтичного харчування» є:

- знати теоретичні основи дієтичного харчування, сучасні тенденції і перспективи розвитку індустрії здорового харчування, існуючу нормативну документацію щодо організації дієтичного харчування в закладах розміщення, зміст і особливості різних дієт при найбільш поширених захворюваннях, загальну схему методик дієтотерапії та застосування мінеральних вод;
 - вміти розробляти одноденне меню при лікувально-дієтичному харчуванні відповідно до сучасних досягнень нутриціології;
 - впроваджувати технології приготування страв у лікувальному та дієтичному харчуванні.
-

Загальне уявлення про технології продуктів дієтичного харчування

- З відкриттям акад. І.П.Павловим законів травлення дієтичне харчування одержало наукове обґрунтування. У 20-50-х роках ХХ ст. проф.. М.І.Певзнером була розроблена так звана групова дієтна система харчування, згідно з якої кожна група споріднених захворювань одержала свою дієту. Нині існує 16 основних дієт: № 0 – рідка дієта, №1-14 – дієти при різних захворюваннях, №15 – загальний стіл раціонального харчування в умовах лікувально-профілактичних закладів. У рамках однієї дієти існують піддієти (наприклад, дієта № 1а, № 1б), тому загальна кількість дієт досягає 60.
 - *Дієтичні продукти* – це спеціалізовані продукти, які замінюють у харчуванні хворих традиційні продукти і відрізняються від них хімічним складом та (або) фізичними властивостями.
 - Дієтичні продукти поділяють на основних 7 груп.
-

Загальні компетентності

- ЗК1. Знання і розуміння предметної області та професійної діяльності;
 - ЗК 2. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями;
 - ЗК 3. Навички використання інформаційних та комунікаційних технологій;
 - ЗК 4. Здатність до пошуку та аналізу інформації з різних джерел;
 - ЗК 5. Здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт;
 - ЗК 9. Уміння розв'язувати поставлені задачі та приймати відповідні обґрунтовані рішення.
-



Фахові компетентності

- ФК 1. Здатність впроваджувати у виробництво технології харчових продуктів на основі розуміння сутності перетворень основних компонентів продовольчої сировини впродовж технологічного процесу.
 - ФК 4. Здатність забезпечувати якість і безпеку продукції на основі відповідних стандартів та у межах систем управління безпечністю харчових продуктів під час їх виробництва і реалізації.
 - ФК 5. Здатність розробляти нові та удосконалювати існуючі харчові технології з врахуванням принципів раціонального харчування, ресурсозаощадження та інтенсифікації технологічних процесів.
 - ФК 15. Здатність визначати та аналізувати нутрієнтний склад продовольчої сировини та враховувати його при розробленні нових та удосконаленні існуючих технологій харчових продуктів.
-

Програмні результати навчання

- * Знати і розуміти теоретичні основи дієтології, механізми лікувального харчування, відомості про дієтичні продукти та лікувальну дію мінеральних вод.
 - * Знати характеристики основних дієт та принципи максимальної збалансованості основних харчових речовин у добовому раціоні з урахуванням механізмів перебігу хвороби та стану хворої людини.
 - * Знати відмінності хімічного складу та (або) фізичних властивостей продуктів дієтичного харчування, які є спеціалізованими та замінюють у харчуванні хворих традиційні продукти.
 - * Вміти практично забезпечувати дію лікувального харчування відповідною технологією приготування дієтичних страв.
-

Навчальна дисципліна розкривається в темах:

Структура дисципліни

- Тема 1. Дієтичне харчування як важливий лікувальний фактор. Концепція оздоровчого харчування та її реалізація методами інноваційних технологій.
 - Тема 2. Дієтичне харчування при захворюваннях крові, органів травлення, печінки та жовчних шляхів, ендокринної системи, нирок.
 - Тема 3. Складання добового раціону та одноденних меню.
 - Тема 4. Асортимент і технології страв дієтичного призначення.
 - Тема 5. Організація дієтичного харчування хворої людини.
 - Тема 6. Особливості приготування страв для дієтичного харчування.
 - Тема 7. Геродієтичне та дитяче дієтичне харчування.
 - Тема 8. Мінеральні води України, методики їх використання в дієтичному харчуванні.
-

Тема 1. Дієтичне харчування як важливий лікувальний фактор. Концепція оздоровчого харчування та її реалізація методами інноваційних технологій.

Загальна характеристика основних дієт

- Усі дієти умовно розділяють на дві групи. До першої групи відносять такі, при яких в основному враховується лише кількісний зміст тих або інших складових частин їжі, тоді як метод кулінарної обробки істотної ролі не грає. Ними є дієти, що характеризуються збільшенням або обмеженням змісту білків, жирів, вуглеводів або інших складових частин їжі. У другій групі дієт, навпаки, первинного значення набуває кулінарна обробка, що надає їжі нові якості. До них відносять дієти з щадним режимом лікувального харчування, вживані найчастіше при захворюваннях органів травлення. Розроблені більше 15 різних дієт. Розглянемо найчастіше вживані з них
-

Тема 2. Дієтичне харчування при захворюваннях крові, органів травлення, печінки та жовчних шляхів, ендокринної системи, нирок..

Сучасні наукові концепції лікувального харчування. Лікувальне харчування при захворюваннях шлунку, печінки, жовчного міхура гепатиті, при захворюваннях серцево-судинної системи, при захворюваннях на ревматизм, при захворюваннях нирок. Лікувальне харчування при захворюваннях на цукровий діабет, ожиріння, при захворюваннях органів дихання.

Характеристика основних лікувальних дієт. Технологія продукції дієтичного харчування при окремих захворюваннях. Профілактичне та дієтичне харчування при цукровому діабеті, при недокрів'ї, при алергії, при хронічному гастриті, запорі, при захворюваннях жовчного міхура і печінки, нирок, при ендемічному зобі, гіпотіорезі, захворюваннях суглобів.

Тема 3. Складання добового раціону та одноденних меню.

Складання, розрахунок та аналіз раціонів харчування для різних груп населення. Рекомендований розподіл раціону за прийомами їжі. Особливості вибору страв для різних прийомів їжі. Кількість продуктів в раціонах харчування. Складання добового раціону харчування, оцінка його та корекція. Аналіз рецептури страв лікувально-профілактичного та дієтичного харчування. Основні принципи розробки лікувально-профілактичного та дієтичного меню. Характеристика основних факторів попередньої обробки продуктів харчування. Розробка одноденних меню. Практичне застосування рекомендацій з організації лікувально-дієтичного та профілактичного харчування у закладах харчування м. Полтави..

Тема 4. Асортимент і технології страв дієтичного призначення

Фізіологічна характеристика основних продуктів харчування рослинного та тваринного походження. Хімічний склад дієтичних страв. Диференційне харчування різних груп населення. Особливості приготування холодних страв і закусок, супів і страв з овочів, страв з круп і макаронних виробів, страв з гідробіонтів, м'ясних, соусів, страв з яєць та кисломолочного сиру. Технологічні схеми десертних страв і напоїв, виробів з тіста.



Тема 5. Організація дієтичного харчування хворої людини.

Принципи раціонального харчування. Фізіолого-гігієнічні вимоги до режиму харчування та умов приймання їжі. Організація обслуговування та харчування туристів. Пріоритетні напрями у створенні в Україні індустрії здорового харчування. Вплив харчування на функціонування основних систем організму людини. Лікувально-дієтичні властивості харчових продуктів. Використання оздоровчих продуктів в системі відновлення здоров'я. Фармаконутриціологія, показники харчового статусу людини. Концентрати природних мінерних компонентів їжі.



Тема 6. Особливості приготування страв для дієтичного харчування.

При формуванні дієтичного меню у загальнодоступному закладі слід широко включати страви приготуванні з використанням таких методів кулінарної обробки продуктів, як подрібнення, протирання, розмішування, збивання. Щодо способів кулінарної теплової обробки: варіння у воді, на парі, запікання, відварювання з наступним обсмажуванням. Ці методи забезпечують краще видалення або зниження кількості екстрактивних речовин в готових стравах. Прісні страви корисно приправляти протертими сирими фруктами. У оздоровчому харчуванні повинні широко використовуватися фруктові, ягідні та овочеві соки, які є джерелом легкозасвоюваних вуглеводів, мінеральних речовин, деяких вітамінів, а також мінеральні води, вітамінні напої і відвари лікарських трав. Соки рекомендують майже усі дієти.



Тема 7. Геродієтичне та дитяче дієтичне харчування

Старіння і механізми тривалості життя. Шляхи збільшення тривалості життя. Вплив дієтичних чинників на тривалість життя. Індустрія геродієтичного харчування в Україні та світі. Наукові основи створення продуктів геродієтичного харчування. Кулінарна підготовка продуктів і технологія страв геродієтичного харчування. Приготування перших страв, страв з яєць, других м'ясних та рибних страв у геродієтичному харчуванні. Особливості технології та рецептури страв із бобових і сиру, виробів із тіста, соусів для геродієтичного харчування.



Організація харчування дітей. Лікувальне дієтичне харчування дітей. Характеристика основних факторів складання меню для дитячого харчування. Кулінарна підготовка продуктів і технологія страв дитячого харчування. Продукти дитячого харчування на зерновій основі. Наукові основи створення продуктів дитячого харчування.

Тема 8. Мінеральні води України, методики їх використання в дієтичному харчуванні

Люди часто захоплюються вживанням мінеральної води, не враховуючи, що до її складу входить свій неповторний набір хімічних елементів, що і визначає її користь або шкodu. Більшість любителів мінеральної води п'ють її із-за наявності вуглекислого газу в ній. Особливо нею захоплюються ті, що страждають від підвищеної кислотності і гурмани, купуючи будь-яку мінеральну воду без розбору, не думаючи, що ця мінеральна вода шкідлива для його організму і не для тієї хвороби, якою страждає хворий. Мінеральна вода призначена тільки для лікувальної мети може завдати шкоди організму, особливо дитячому.

Методика питного лікування. Мінеральні води п'ють в натуральному виді, не змішуючи їх з іншими водами, за винятком концентрованих вод, які розводять прісною водою щоб уникнути їх подразливої дії на слизову оболонку шлунку і кишечника.

