

# ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ І ТОРГІВЛІ

Навчально-науковий інститут денної освіти  
Кафедра технологій харчових виробництв і ресторанного господарства

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри



підпис

О.М. Горобець  
ініціали, прізвище

" 23 " 11 20 24 р.

## РОБОЧА ПРОГРАМА

навчальної дисципліни «Основи фізіології харчування, гігієна та санітарія»

освітня програма «Харчові технології та інженерія»

спеціальність 181 Харчові технології

галузь знань 18 Виробництво та технології

ступінь вищої освіти бакалавр

ПОЛТАВА 2024


Укладач програми:

**Бородай А.Б.**, к.вет.н., доцент кафедри технологій харчових виробництв і ресторанного господарства Полтавського університету економіки і торгівлі.

Робоча програма навчальної дисципліни «Основи фізіології харчування, гігієна та санітарія» схвалена й рекомендована до використання в освітньому процесі на засіданні кафедри технологій харчових виробництв і ресторанного господарства. Протокол від «29» листопада 2024 року № 4.


**ПОГОДЖЕНО:**

Гарант освітньої програми «Харчові технології та інженерія» спеціальності 181 Харчові технології ступеня бакалавра

  
 \_\_\_\_\_  
 підпис Ю. Г. Наконечна  
 ініціали, прізвище

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 року

Гарант освітньої програми «Ресторанні технології» спеціальності 181 Харчові технології ступеня бакалавра

  
 \_\_\_\_\_  
 підпис О. М. Горобець  
 ініціали, прізвище

« 29 » 11 2024 року

## ЗМІСТ

Розділ 1. Опис навчальної дисципліни.....	4
Розділ 2. Перелік компетентностей та програмні результати навчання .....	4
Розділ 3. Програма навчальної дисципліни.....	6
Розділ 4. Тематичний план навчальної дисципліни.....	8
Розділ 5. Оцінювання результатів навчання.....	15
Розділ 6. Інформаційні джерела.....	16
Розділ 7. Програмне забезпечення навчальної дисципліни.....	17

## Розділ 1. Опис навчальної дисципліни

Таблиця 1 – Опис навчальної дисципліни «Основи фізіології харчування, гігієна та санітарія»

Місце у структурно-логічній схемі підготовки	<i>Пререквізити:</i> «Мікробіологія харчових виробництв» <i>Постреквізити:</i> «Харчові технології»	
Мова викладання	українська	
Статус дисципліни - обов'язкова		
Курс/семестр вивчення	1 курс (2семестр)	
Кількість кредитів ЄКТС/ кількість модулів	3 кредити	
Денна форма навчання:		
Кількість годин: – загальна кількість: 2 семестр – <u>90</u>		
- лекції: 2 семестр – <u>16</u>		
- практичні (семінарські, лабораторні) заняття: 2 семестр – <u>20</u>		
- самостійна робота: 2 семестр – <u>54</u>		
- вид підсумкового контролю (ПМК): 2 семестр – залік		

## Розділ 2. Перелік компетентностей та програмні результати навчання

**Метою** навчальної дисципліни: надання необхідних знань та вмінь у галузі різноманітних типів підприємств ресторанного господарства науки про харчування здорової та хворої людини, на базі яких складається і розвивається технологія виробництва кулінарної продукції; забезпечення збалансованості раціонів з урахуванням соціальних змін, технічного прогресу та розвитку; запобігання утворення токсичних сполук під час зберігання та технологічного оброблення продуктів.

### **Завдання дисципліни:**

- знання наукових основ нормування витрат енергії та споживання харчових речовин для різних груп населення;
- знання основ збалансованого харчування, шляхів його реалізації;
- знання асортименту продуктів, що рекомендується для різних груп населення, та їх харчову цінність;
- знання вимог до режиму харчування, принципів складання раціонів;
- знання особливостей харчування населення залежно від віку, статі,

характеру трудової діяльності;

- знання фізіологічних вимог до організації харчування на підприємствах промисловості, у навчальних закладах;

- вміння визначати поживну і енергетичну цінність та безпеку харчових продуктів;

- вміння визначати потреби організму в енергії та харчових джерелах;

- вміння розробляти раціони збалансованого харчування для різних категорій споживачів.

Таблиця 2 - Перелік компетентностей, які забезпечує дана навчальна дисципліна, програмні результати навчання

Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач (загальні (ЗК 1), спеціальні (СК 1))	Програмні результати навчання (ПР 1, ПР 2...)
ЗК 9. Навички здійснення безпечної діяльності. ПР 06. Знати і розуміти основні чинники впливу на перебіг процесів синтезу та метаболізму складових компонентів харчових продуктів і роль нутрієнтів у харчуванні людини.	ПР 06. Знати і розуміти основні чинники впливу на перебіг процесів синтезу та метаболізму складових компонентів харчових продуктів і роль нутрієнтів у харчуванні людини.
ЗК 10. Прагнення до збереження навколишнього середовища.	
СК 3. Здатність організовувати та проводити контроль якості і безпечності сировини, напівфабрикатів та харчових продуктів із застосуванням сучасних методів.	ПР 29. Мати навички з удосконалення технологій, покращення якості продуктів харчування, умов їх зберігання та реалізації
СК 5. Здатність розробляти нові та удосконалювати існуючі харчові технології з врахуванням принципів раціонального харчування, ресурсозаощадження та інтенсифікації технологічних процесів.	ПР 30 Мати навички розроблення раціонів дієтичного харчування для закладів ресторанного господарства (для ОП «Ресторанні технології»)

## **Розділ 3. Програма навчальної дисципліни**

### **Модуль 1. Фізіолого-гігієнічне значення харчових речовин**

#### **Тема 1. Харчування людини як медико-біологічна та соціально-економічна проблема**

Харчування і стан здоров'я населення. Соціальні, економічні, технологічні та медико-біологічні аспекти харчування. Хвороби, спричинені неправильним харчуванням. Предмет і завдання курсу. Внесок вітчизняних і закордонних вчених у розвиток науки про харчування. Основні напрями державної політики у галузі здорового харчування. Функції їжі та фактори їх забезпечення. Біологічна дія їжі та різновиди харчування.

#### **Тема 2. Система травлення і процеси травлення**

Будова системи травлення. Значення травлення у життєдіяльності організму. Травлення їжі у ротовій порожнині. Травлення у шлунку. Вплив складу їжі на секрецію шлункового соку. Роль печінки та підшлункової залози у процесах травлення. Процеси всмоктування харчових речовин. Вплив продуктів харчування на моторну діяльність кишечника. Травлення у кишечника. Вплив структури харчування на процеси травлення у кишечника.

#### **Тема 3. Обмін енергії і енерговитрати організму**

Значення обміну речовин та енергії. Енергетичні витрати. Фактори, що впливають на величину основного обміну. Методи визначення енергетичних витрат.

Фізіологічні норми споживання харчових речовин та енергії для різних груп населення. Основні принципи збалансованого харчування.

#### **Тема 4. Фізіолого-гігієнічне значення макронутрієнтів**

Роль білків у харчуванні. Показники біологічної цінності білків. Норми фізіологічної потреби у білках. Джерела білка. Шляхи підвищення біологічної цінності раціонів харчування.

Роль ліпідів у харчуванні. Значення поліненасичених жирних кислот у життєдіяльності організму. Вплив транс-ізомерів ліпідів на здоров'я населення. Джерела жирів у харчуванні. Науково обґрунтовані норми жирів у харчуванні різних груп населення. Харчова цінність жирів рослинного та тваринного походження.

Фізіологічна роль вуглеводів. Харчові волокна та їх фізіологічна роль. Рекомендовані норми фізіологічної потреби у вуглеводах. Джерела вуглеводів. Шляхи збагачення кулінарної продукції та раціонів харчування харчовими волокнами. Замінники цукру.

## **Тема 5. Фізіолого-гігієнічне значення мікронутрієнтів та проблема забезпечення ними організму**

Фізіолого-гігієнічне значення вітамінів та проблеми забезпечення ними організму. Авітаміноз, гіповітаміноз, гіпервітаміноз, причини виникнення. Фізіологічне значення, рекомендовані норми та джерела водорозчинних і жиророзчинних вітамінів. Шляхи зниження втрат вітамінів при кулінарному обробленні.

Фізіолого-гігієнічне значення мінеральних речовин та проблема забезпечення ними організму. Основні джерела макро і мікроелементів. Потреби різних груп населення у мінеральних речовинах. Потреби людини у воді.

### **Модуль 2. Фізіолого-гігієнічні основи харчування населення**

#### **Тема 6. Фізіолого-гігієнічні основи раціонального харчування**

Сучасні теорії та принципи харчування здорової людини. Фізіологічні норми споживання харчових речовин та енергії для різних груп населення. Основні принципи збалансованого харчування. Вимоги до режиму харчування. Фізіологічні основи складання меню для різних прийомів їжі. Шляхи забезпечення збалансованості раціонів.

Харчова та біологічна цінність продуктів харчування. Взаємозамінність окремих продуктів харчування з урахуванням їх харчової та біологічної цінності.

#### **Тема 7. Фізіолого-гігієнічні основи харчування різних вікових та професійних груп населення**

Потреба дітей в основних харчових речовинах. Вимоги до складання меню в їдальнях загальноосвітніх шкіл. Фізіологічні особливості праці студентів, її вплив на організм. Потреба студентів в основних харчових речовинах і енергії. Правила складання меню денного раціону для студентів.

#### **Тема 8. Санітарно-гігієнічні вимоги до утримання закладів ресторанного господарства та особистої гігієни персоналу**

Основні санітарні вимоги щодо облаштування підприємств ресторанного господарства. Санітарно-гігієнічні вимоги до технологічного обладнання. Санітарно-гігієнічні вимоги до інвентарю і посуду. Санітарно-гігієнічні вимоги до тари і пакувальних матеріалів. Методи дезінфекції. Характеристика дезінфікуючих засобів. Санітарні вимоги до миття обладнання, тари, інвентарю, кухонного, столового посуду.

Методи дезінсекції й дератизації, їх гігієнічна характеристика.

## Розділ 4. Тематичний план навчальної дисципліни

Таблиця 3 - Тематичний план навчальної дисципліни

Назва теми (лекції) та питання теми (лекції)	Кількість годин	Назва теми та питання практичного заняття	Кількість годин	Завдання самостійної роботи в розрізі тем	Кількість годин
<b>Модуль 1. Фізіолого-гігієнічне значення харчових речовин</b>					
<b>Тема 1. Харчування людини як медико-біологічна та соціально-економічна проблема</b> 1. Харчування і стан здоров'я населення 2. Предмет і задачі курсу «Фізіологія харчування» 3. Основні напрями державної політики у галузі здорового харчування	2	<i>Практичне заняття 1.</i> <b>Харчування людини як медико-біологічна та соціально-економічна проблема</b> <i>Запитання для обговорення</i> 1. Значення раціонального харчування: 2. Захворювання, які можуть виникнути при порушенні основних принципів раціонального харчування. 3. Основні причини неправильного харчування населення України. 4. Функції їжі та фактори їх забезпечення. 5. Форми патологічного стану людини, які обумовлені незадовільним харчуванням.	2	1. Підготувати реферат на тему згідно завданням викладача.	4



Назва теми (лекції) та питання теми (лекції)	Кількість годин	Назва теми та питання практичного заняття	Кількість годин	Завдання самостійної роботи в розрізі тем	Кількість годин
<p><b>Тема 2. Система травлення і процеси травлення</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Значення травлення. Будова органів травлення</li> <li>2. Травлення в ротовій порожнині</li> <li>3. Травлення в шлунку</li> <li>4. Травлення в кишечнику</li> </ol>	2	<p><i>Практичне заняття 2.</i>  <b>Система травлення і процеси травлення</b>  <i>Запитання для обговорення</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Значення процесів травлення. Основні функції системи травлення.</li> <li>2. Будова системи травлення.</li> <li>3. Органи ротової порожнини. Їх функції.</li> <li>4. Вплив харчових факторів на функції органів ротової порожнини.</li> <li>5. Травлення у шлунку, кишечнику.</li> <li>6. Функції печінки.</li> <li>7. Причини захворювання ШКТ</li> </ol>	2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Намалювати схему розташування органів системи травлення.</li> <li>2. Визначити значення харчових факторів для системи травлення.</li> </ol>	4
<p><b>Тема 3. Обмін енергії і енерговитрати організму</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Значення обміну речовин та енергії.</li> <li>2. Групи працездатного населення залежно від фізичної активності.</li> <li>3. Фізіологічні норми споживання харчових речовин та енергії для різних груп населення</li> </ol>	2	<p><i>Практичне заняття 3.</i>  <b>Обмін енергії і енерговитрати організму</b>  <i>Запитання для обговорення</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Значення обміну речовин. Катаболізм і анаболізм.</li> <li>2. Види енергетичних витрат організму.</li> <li>3. Основний обмін, фактори, які на нього впливають.</li> <li>4. Поняття специфічно-динамічної дії їжі.</li> <li>5. Способи вимірювання енергетичних витрат.</li> <li>6. Поняття адекватного харчування.</li> <li>7. Позитивний і негативний енергетичний баланс.</li> </ol>	2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Визначити показники своєї маси, користуючись декількома методиками</li> <li>2. Обчислити величину свого основного обміну (ВОО, ккал) за добу.</li> <li>3. Визначити енергетичні витрати методом хронометражу.</li> </ol>	6

Назва теми (лекції) та питання теми (лекції)	Кількість годин	Назва теми та питання практичного заняття	Кількість годин	Завдання самостійної роботи в розрізі тем	Кількість годин
<p><b>Тема 4. Фізіолого-гігієнічне значення макронутрієнтів</b></p> <p>1. Роль білків у харчуванні. Показники біологічної цінності білків.</p> <p>2. Значення жирів у життєдіяльності організму.</p> <p>3. Фізіологічна роль вуглеводів. Харчові волокна та їх фізіологічна роль.</p>	2	<p><i>Практичне заняття 4.</i></p> <p><b>Роль білків, жирів, вуглеводів у харчуванні</b></p> <p><i>Запитання для обговорення</i></p> <p>1. Функції білків в організмі.</p> <p>2. Поняття біологічної цінності білків</p> <p>3. Потреба в білках, фактори, що впливають на неї.</p> <p>4. Роль ліпідів в організмі людини.</p> <p>6. Біологічна цінність жирів.</p> <p>5. Функції поліненасичених жирних кислот.</p> <p>6. Потреба людини у жирах.</p> <p>7. Роль вуглеводів в організмі.</p> <p>8. Значення клітковини для організму.</p> <p>9. Роль пектинових речовин в організмі.</p> <p>10. Норми вуглеводів в харчуванні.</p> <p>11. Джерела вуглеводів.</p>	2	<p>1. Наслідки надлишкового і недостатнього споживання білків.</p> <p>2. Вплив кулінарного оброблення на ступінь засвоювання білків.</p> <p>3. Шляхи вирішення білкової проблеми в харчуванні.</p> <p>4. Класифікація жирів харчових продуктів за біологічною цінністю.</p> <p>5. Джерела пектинових речовин.</p> <p>6. Шляхи зменшення споживання рафінованих вуглеводів.</p>	4

Назва теми (лекції) та питання теми (лекції)	Кількість годин	Назва теми та питання практичного заняття	Кількість годин	Завдання самостійної роботи в розрізі тем	Кількість годин
<p><b>Тема 5. Фізіолого-гігієнічне значення мікронутрієнтів та проблема забезпечення ними організму</b></p> <p>1. Значення вітамінів в життєдіяльності організму. Джерела. Норми споживання.</p> <p>2. Шляхи зниження втрат вітамінів при кулінарному обробленні.</p> <p>3. Фізіолого-гігієнічне значення мінеральних речовин та проблема забезпечення ними організму.</p>	2	<p><i>Практичне заняття 5.</i></p> <p><b>Фізіолого-гігієнічне значення вітамінів</b></p> <p><i>Запитання для обговорення</i></p> <p>1. Функції вітамінів в організмі.</p> <p>2. Гіповітаміноз, авітаміноз, гіпервітаміноз.</p> <p>3. Фізіологічне значення, потреба та джерела аскорбінової кислоти.</p> <p>4. Значення, норма та джерела водорозчинних вітамінів.</p> <p>5. Значення, норма та джерела жиророзчинних вітамінів.</p> <p><i>Практичне заняття 6.</i></p> <p><b>Фізіолого-гігієнічне значення мінеральних речовин та проблема забезпечення ними організму</b></p> <p><i>Запитання для обговорення</i></p> <p>1. Роль мінеральних речовин в організмі.</p> <p>2. Фізіологічне значення кальцію, потреба та джерела.</p> <p>3. Значення магнію, норми споживання, джерела.</p> <p>4. Фізіологічна роль калію, джерела, потреба.</p> <p>5. Роль біомікроелементів, потреба, джерела.</p> <p>6. Роль йоду в організмі. Потреба та джерела</p>	2	<p>1. Вплив кулінарного оброблення на втрати вітаміну С.</p> <p>2. Шляхи підвищення вітамінної цінності раціонів.</p> <p>1. Норма споживання вітамінів та мікроелементів.</p> <p>2. Мікроелементози екзо- та ендогенні.</p> <p>3. Джерела мікроелементів</p>	6
<b>Модуль 2. Фізіолого-гігієнічні основи харчування населення</b>					

Назва теми (лекції) та питання теми (лекції)	Кількість годин	Назва теми та питання практичного заняття	Кількість годин	Завдання самостійної роботи в розрізі тем	Кількість годин
<p><b>Тема 6. Фізіолого-гігієнічні основи раціонального харчування</b></p> <p>1. Основні принципи збалансованого харчування. 2. Фізіологічні основи складання меню для різних прийомів їжі. 3. Харчова та біологічна цінність харчових продуктів</p>	2	<p><i>Практичне заняття 7.</i> <b>Розрахунок харчової цінності страв</b> <i>Запитання для обговорення</i></p> <p>1. Поняття про раціональне харчування. 2. Елементи раціонального харчування. 3. Формула збалансованого харчування. 4. Режим харчування, його складові. 5. Розподіл добового раціону за окремими прийомами їжі. 6. Фізіологічні особливості складання меню для різних прийомів їжі. 7. Порядок запису страв в меню.</p>	2	<p>1. Ознайомитися з структурою збірника рецептур страв і кулінарних виробів. 2. Скласти рецептуру страви згідно з завданням викладача. 3. Визначити харчову цінність страви</p>	6

Назва теми (лекції) та питання теми (лекції)	Кількість годин	Назва теми та питання практичного заняття	Кількість годин	Завдання самостійної роботи в розрізі тем	Кількість годин
<p><b>Тема 7. Фізіолого-гігієнічні основи харчування окремих груп населення</b></p> <p>1. Раціональне харчування дітей та підлітків.</p> <p>2. Раціональне харчування студентів.</p> <p>3. Особливості раціонального харчування осіб розумової та важкої фізичної праці.</p>	2	<p><i>Практичне заняття 8.</i></p> <p><b>Фізіолого-гігієнічні особливості харчування школярів і студентів</b></p> <p><i>Запитання для обговорення</i></p> <p>1. Фізіологічні особливості дитячого організму.</p> <p>2. Потреба дітей в основних харчових речовинах.</p> <p>3. Вимоги до складання меню в їдальнях загальноосвітніх шкіл.</p> <p>4. Фізіологічні особливості праці студентів, її вплив на організм.</p> <p>5. Потреба студентів в основних харчових речовинах і енергії.</p> <p>6. Правила складання меню денного раціону для студентів.</p>	2	<p>1. Скласти меню раціону з урахуванням основних принципів раціонального харчування дітей і підлітків.</p> <p>3. Розрахувати харчову цінність раціону.</p> <p>2. Скласти меню свого раціону за будь який день.</p>	6
		<p><i>Практичне заняття 9.</i></p> <p><b>Фізіолого-гігієнічні основи харчування працівників розумової та фізичної праці</b></p> <p><i>Запитання для обговорення</i></p> <p>1. Органи та системи організму, які зазнають найбільше навантаження при розумовій праці.</p> <p>2. Режим харчування при розумовій праці.</p> <p>3. Фізіологічні особливості дії фізичної праці на організм людини.</p> <p>4. Потреба осіб фізичної праці в основних харчових речовинах, збалансованість.</p> <p>5. Режим харчування при фізичній праці.</p> <p>6. Особливості складання меню в їдальнях при промислових підприємствах.</p>	2	<p>1. Компоненти харчових продуктів, які стимулюють діяльність головного мозку у осіб розумової праці.</p> <p>2. Скласти раціон на заданий прийом їжі, розрахувати його харчову цінність.</p> <p>3. Розрахувати харчову цінність раціону працівника який зайнятий важкою фізичною працею</p>	6

Назва теми (лекції) та питання теми (лекції)	Кількість годин	Назва теми та питання практичного заняття	Кількість годин	Завдання самостійної роботи в розрізі тем	Кількість годин
<p><b>Тема 8. Санітарно-гігієнічні вимоги до утримання закладів ресторанного господарства та особистої гігієни персоналу.</b></p> <p>1.. Епідеміологічне значення дотримання санітарного режиму в закладі</p> <p>2. Санітарні вимоги до утримання території закладів ресторанного господарства.</p> <p>3. Санітарно-гігієнічні вимоги до технологічного обладнання.</p> <p>4. Санітарно-гігієнічні вимоги до інвентарю і посуду.</p> <p>5. Методи дезінфекції. Характеристика дезінфікуючих засобів.</p> <p>6. Санітарні вимоги до утримання приміщень.</p> <p>7. Санітарні вимоги до миття обладнання, тари, інвентарю, кухонного та столового посуду.</p> <p>8. Методи дезінсекції і дератизації та їх гігієнічна характеристика.</p> <p>9. Особиста гігієна персоналу.</p> <p>10. Профілактичні медичні обстеження і санітарна документація.</p>	2	<p><i>Практичне заняття 10.</i></p> <p><b>Основи гігієни харчування і санітарні вимоги щодо облаштування підприємств ресторанного господарства</b></p> <p><i>Запитання для обговорення</i></p> <p>1. Санітарно-гігієнічні вимоги до утримання закладів ресторанного господарства.</p> <p>2. Санітарно-гігієнічна оцінка якості харчових продуктів.</p> <p>3. Санітарно-гігієнічні вимоги до технологічного процесу в ЗРГ</p> <p>4. Методи дезінфекції. Характеристика дезінфікуючих засобів.</p>	2	<p>1 Основні санітарні вимоги щодо облаштування підприємств ресторанного господарства.</p> <p>2. Шляхи забруднення харчових продуктів.</p> <p>3. Основні вимоги санітарної обробки яєць.</p>	6
<b>Разом</b>	<b>16</b>		<b>20</b>		<b>54</b>

## Розділ 5 Система оцінювання знань студентів

Поточний контроль здійснюється при проведенні лекцій, практичних занять, перевірки виконання індивідуальних і домашніх завдань та має на меті перевірку рівня засвоєння студентом навчального матеріалу навчальної дисципліни.

Самостійна робота студентів є основним засобом оволодіння навчальним матеріалом навчальної дисципліни, засвоєння знань, надбання вмінь та навичок у вільний від аудиторних навчальних занять час. Самостійна робота студента складається із підготовки до практичних занять, виконання індивідуальних завдань, поточної модульної роботи. Запитання для поточного контролю надаються у дистанційному курсі дисципліни. Під час проведення практичних занять застосовуються такі методи контролю, як усне та письмове опитування студентів, дискусійне обговорення проблемних питань з теми заняття, письмове складання тестів.

Контроль, який застосовується під час проведення поточних модульних робіт, здійснюється за допомогою тестування у дистанційному курсі. Розподіл балів, що отримують студенти за результатами вивчення навчальної дисципліни «Основи фізіології харчування, гігієна та санітарія», наданий в таблиці 4.

Таблиця 4 - Розподіл балів за результатами вивчення навчальної дисципліни  
«Основи фізіології харчування, гігієна та санітарія»

Види робіт	Максимальна кількість балів
<b>3 семестр</b>	
Модуль 1 ( теми 1-5): відвідування занять (5 балів); захист домашнього завдання (5 балів); обговорення матеріалу занять (4 бали); виконання навчальних завдань (6 балів); завдання самостійної роботи (6 балів); тестування (4 бали); поточна модульна робота ( 10 балів)	40
Модуль 2 ( теми 6-8): відвідування занять (4 бали); захист домашнього завдання (6 бали); обговорення матеріалу занять (4 бали); виконання навчальних завдань (6 бали); завдання самостійної роботи (6 бали); тестування (4 бали); поточна модульна робота (10 балів)	40
Підсумковий контроль (комплексна контрольна робота):	20
Разом (залік)	100

Таблиця 5 - Шкала оцінювання знань здобувачів вищої освіти за результатами вивчення навчальної дисципліни «Основи фізіології харчування, гігієна та санітарія»

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за шкалою ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	Відмінно
82-89	B	Дуже добре
74-81	C	Добре
64-73	D	Задовільно
60-63	E	Задовільно достатньо
35-59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

## Розділ 6 Інформаційні джерела

### Основні

1. Дуденко Н.В., Павлоцька Л.Ф., Артеменко В.С., Головка М.П. Основи фізіології та гігієни харчування: підручник. Суми: ВТД «Університетська книга», 2018. 558 с.
2. Дуденко Н.В., Павлоцька Л.Ф., Артеменко В.С. Основи фізіології харчування / Підручник. Харків: Торнадо, 2014. 410 с. Зубар Н.М. Основи фізіології та гігієни харчування: навч. посібник. К. Кондор, 2018. 444 с.
3. Зубар Н.М., Руть Ю.В. Фізіологія харчування / Навч. посібник. К.: КНТЕУ, 2001. 258 с.
4. Навчально-методичний посібник для самостійного вивчення дисципліни за КМСОНП «Основи фізіології харчування, гігієна та санітарія» / Укладачі Рогова А.Л., Медведь Л.М. Електронна версія. Полтава: ПУЕТ, 2020. 96 с.

### Додаткові

6. Безпека харчування: сучасні проблеми: Посібник-довідник / А.В. Бабюк, О.В. Макарова, М.С. Рогозинський та ін. Чернівці: Книги, XXI, 2005. 456 с.
7. Грищенко І.М., Кравчук Н.М. Дієтичне та дитяче харчування. Навч. посіб. К.: Київ. нац. торг. екон. ун-т, 2003. 288 с.
8. Закон України «Про безпечність та якість харчових продуктів» зі змінами і доповненнями від 22 липня 2014 року № 1602-7.
9. Закон України «Про забезпечення санітарного та епідеміологічного благополуччя населення» зі змінами і доповненнями від 06 вересня 2018 року №2530-8.
10. Збірник рецептур страв та кулінарних виробів. Для підприємств громадського харчування всіх форм власності / О.В. Шалимінов, Т.П. Дятченко, Л.О. Кравченко. К.: А.С.К., 2008. 848 с.



11. Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку в організованих освітніх та оздоровчих закладах. Клопотенко Є., © Видавництво “Літопис”, 2019. 144 с.
12. Корзун В.Н. Гігієна харчування. К.: Здоров'я, 2002. 236 с.
13. Норми фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах і енергії / МОЗ України. Наказ № 1073 від 03.09.2017. К., 2017. (URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1206-17#Text>)

### **Розділ 7 Програмне забезпечення навчальної дисципліни**

Дистанційний курс, який розміщений у системі Moodle: Бородай А.Б. «Основи фізіології харчування, гігієна та санітарія».

Викладання лекцій забезпечено мультимедійним супроводженням з використанням програми Power Point.