

TRƯỜNG ĐẠI HỌC NHA TRANG

Khoa/Viện: Công nghệ Thực phẩm

Bộ môn: ĐBCL&ATTP

ĐỀ CƯƠNG HỌC PHẦN

1. Thông tin về học phần:

Tên học phần:

- Tiếng Việt: Dinh dưỡng học

- Tiếng Anh: Nutrition

Mã học phần: QFS342

Số tín chỉ: (2-0)

Đào tạo trình độ: Đại học

Học phần tiên quyết: Hóa sinh học, Vi sinh vật Thực phẩm

2. Mô tả tóm tắt học phần:

Học phần cung cấp cho người học các kiến thức căn bản về nhu cầu năng lượng và khẩu phần dinh dưỡng của người sử dụng thực phẩm, làm cơ sở cho việc sản xuất và thương mại hóa sản phẩm thực phẩm; nhằm góp phần giúp người học có khả năng phát triển kiến thức để tự thiết kế khẩu phần dinh dưỡng hợp lý cho mình, cho gia đình và cho người tiêu dùng thực phẩm, đáp ứng nhu cầu của một xã hội hiện đại trong đó người tiêu dùng hiểu biết về “thực đơn dinh dưỡng” của mình.

3. Mục tiêu:

Giúp sinh viên có đủ kiến thức và kỹ năng cần thiết để tính toán khẩu phần dinh dưỡng; lựa chọn nguồn dinh dưỡng hợp lý và thiết kế khẩu phần dinh dưỡng phù hợp cho từng đối tượng cụ thể và vận dụng trong quá trình sản xuất các sản phẩm thực phẩm.

4. Kết quả học tập mong đợi (KQHT): Sau khi học xong học phần, sinh viên có thể:

a) Tính toán được giá trị dinh dưỡng của một sản phẩm thực phẩm, tính được năng lượng chuyển hóa cơ sở và nhu cầu năng lượng cho đối tượng cụ thể.

b) Tính toán được nhu cầu các chất dinh dưỡng và lựa chọn nguồn dinh dưỡng hợp lý cho một đối tượng.

c) Thiết kế khẩu phần dinh dưỡng phù hợp cho từng đối tượng cụ thể

d) Vận dụng được kiến thức đã học vào quá trình thu hoạch, chế biến và bảo quản nhằm tạo ra các sản phẩm thực phẩm có giá trị tốt nhất.

5. Nội dung:

STT	Chương/Chủ đề	Nhằm đạt KQHT	Số tiết	
			LT	TH
1	Khái quát chung về dinh dưỡng học	a	6	0
1.1	Nhập môn dinh dưỡng học			
1.2	Phương pháp đánh giá hàm lượng thức ăn			
1.3	Năng lượng chuyên hóa cơ sở			
1.4	Các yếu tố ảnh hưởng đến nhu cầu năng lượng của một cơ thể			
1.5	Phương pháp tính tổng nhu cầu năng lượng cho một đối tượng			
2	Dinh dưỡng các chất sinh năng lượng: protein, lipid và carbohydrate	b,d	10	0
2.1	Khái quát chung về các chất dinh dưỡng sinh năng lượng: protein, lipid và carbohydrate			
2.2	Quá trình tiêu hóa, hấp thụ và chuyển hóa các chất sinh năng lượng trong cơ thể người			
2.3	Vai trò, chức năng của các chất dinh dưỡng sinh năng lượng đối với cơ thể			
2.4	Tính toán nhu cầu của cơ thể đối với các chất dinh dưỡng sinh năng lượng			
2.5	Nguồn thực phẩm cung cấp các chất dinh dưỡng sinh năng lượng			
2.6	Những ảnh hưởng có thể xảy ra khi thừa hoặc thiếu các chất dinh dưỡng sinh năng lượng			
3	Dinh dưỡng vitamin và khoáng chất	b,d	6	0
3.1	Dinh dưỡng vitamin: Vai trò, tính chất, chức năng và nguồn cung cấp các vitamin			
3.2	Dinh dưỡng khoáng chất: Vai trò, tính chất, chức năng và nguồn cung cấp các loại khoáng chất cho cơ thể			
3.3	Lựa chọn và sử dụng đúng cách nguồn thực phẩm cung cấp các loại vitamin và khoáng chất			
4	Dinh dưỡng cân đối	c,d	8	0
4.1	Yêu cầu về dinh dưỡng cân đối: cân đối về năng lượng, cân đối về thành phần của một chất dinh dưỡng, tháp dinh dưỡng.			
4.2	Dinh dưỡng cân đối cho từng nhóm đối tượng			
4.3	Dinh dưỡng cân đối cho một số bệnh liên quan đến dinh dưỡng: béo phì, cao huyết áp, tiểu đường			

6. Tài liệu dạy và học:

STT	Tên tác giả	Tên tài liệu	Năm xuất bản	Nhà xuất bản	Địa chỉ khai thác tài liệu	Mục đích sử dụng	
						Tài liệu chính	Tham khảo
1	Trường Đại học Y Hà Nội	Dinh dưỡng và an toàn thực phẩm	1996	NXB Y học, Hà Nội	Thư viện	X	
2	Nguyễn Thị Vân – Đỗ Thị Thanh Thủy	Bài giảng môn Dinh dưỡng học	Cập nhật hàng năm		Thư viện số	X	
3	Nguyễn Minh Thủy	Bài giảng Dinh dưỡng người	2005	Trường ĐH Cần Thơ	Giảng viên cung cấp		X
4	Sharon Rady Rolfes, Kathryn Pinna, Ellie Whitney	Understanding normal and clinical nutrition	2008	Thomson Wadsworth	Thư viện số		X
5	Michael J. Gibney, Barrie M. Margetts, John M. Kearney and Lenore Arab	Public health Nutrition	2007	Blackwell publishing	Thư viện		X
6	Carolyn D. Berdanier, Johanna Dwyer, and Elaine B. Feldman	Handbook of Nutrition and Food	2007	CRC Press, New York	Thư viện		X

7. Đánh giá kết quả học tập:

<i>STT</i>	<i>Hình thức đánh giá</i>	<i>Nhằm đạt KQHT</i>	<i>Trọng số (%)</i>
1	Điểm các lần kiểm tra giữa kỳ	a,b,c	15
2	Điểm bài tập nhóm	b,c	15
3	Điểm hoạt động nhóm	a, b, c	15
4	Chuyên cần/thái độ	a,b,c	5
5	Thi kết thúc học phần	a,b,c,d	50

NHÓM GIẢNG VIÊN BIÊN SOẠN

ThS. Nguyễn Thị Vân
ThS. Đỗ Thị Thanh Thủy

TRƯỞNG KHOA/VIỆN

TS. Vũ Ngọc Bội

TRƯỞNG BỘ MÔN

TS. Nguyễn Thuận Anh

