

**ПРОЄКТ**

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**



**СИЛАБУС ОBOB'ЯЗKOBOTO OCBITHЬOTO KOМПОНЕНТУ**

**«НУТРИЦІОЛОГІЯ»**

Мова навчання – *українська*

Шифр та найменування галузі знань № **18 «Виробництво та технології»**

Код та найменування спеціальності № **181 «Харчові технології»**

Освітньо-професійна програма «**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ РЕСТОРАННОГО  
БІЗНЕСУ ТА ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ**»

Ступінь вищої освіти *магістр*




Затверджено на засіданні

Методичної Ради зі спеціальності № **181 «Харчові технології»**

«        »        2023 р. протокол №        .

Реєстраційний номер в навчальному відділі НЦООП

## 1. Загальна інформація

<b>Кафедра:</b>	Технології ресторанного і оздоровчого харчування	
<b>Викладачі:</b>	<b>Тележенко Любов Миколаївна, д.т.н., професор кафедри технології ресторанного і оздоровчого харчування</b>	
<a href="#">Профайл</a>	<b>Контакти:</b> 048-712-40-78, telegenko@ukr.net	
	<b>Атанасова Віта Вікторівна, к.т.н., доцент кафедри технології ресторанного і оздоровчого харчування</b>	
<a href="#">Профайл</a>	<b>Контакти:</b> 048-712-40-78, <a href="mailto:vitaatanasova@gmail.com">vitaatanasova@gmail.com</a>	
	<b>Козонова Юлія Олександрівна, к.т.н., доцент кафедри технології ресторанного і оздоровчого харчування</b>	
<a href="#">Профайл</a>	<b>Контакти:</b> (048) 712-40-78, <a href="mailto:kozonova5@gmail.com">kozonova5@gmail.com</a>	

**Освітній компонент викладається на 1 курсі у 2семестрі**  
**Кількість: кредитів - 3, годин – 90 Підсумковий контроль -**  
**екзамен**

<b>Аудиторні заняття, годин:</b>	<b>всього</b>	<b>лекції</b>	<b>практичні</b>
денна	30	14	16
заочна	14	4	10
<b>Самостійна робота, годин</b>	Денна – 60		Заочна – 76

[Розклад занять](https://www.rozklad.ontu.edu.ua/) <https://www.rozklad.ontu.edu.ua/>

## 2. Анотація освітнього компоненту

### Освітній компонент (ОК) «Нутриціологія»

Дисципліна «Нутриціологія» є наукою про харчування, забезпечує розвиток нових уявлень, щодо створення інноваційних технологій продуктів оздоровчої дії відповідно до рівня сучасних наукових знань. Нутриціологія відповідає на питання про те, яким чином їжа впливає на роботу організму людини. Забезпечує формування у магістрів теоретичних знань та практичних навичок у формуванні раціонів і забезпеченні харчової цінності продукції.

Нутриціологія сприяє формуванню цілісного світогляду на організацію харчування та виробництво продуктів харчування на базі останніх досягнень харчової науки та технології.

Освітній компонент «Нутриціологія» базується на знаннях, отриманих здобувачем вищої освіти в результаті вивчення освітніх компонент «Біохімія з основами фізіології харчування», «Харчова хімія», «Теоретичні основи харчових технологій», «Технологія харчових виробництв», «Технологія продукції ресторанного господарства». «Науково-дослідна робота» та «Контроль якості, безпека та екологія в галузі» (НАССР і GMP)

### **3. Мета освітнього компоненту**

**Метою** викладання дисципліни «Нутриціологія» є одержання майбутніми фахівцями сучасних знань про значення харчових продуктів у житті людини та придбання навичок самостійної організації системи оздоровчого харчування. Підвищення рівня підготовки фахівців через засвоєння основ професійно-творчої діяльності в узагальненні підходів до організації раціонального харчування.

### **4. Компетентності та програмні результати навчання**

У результаті вивчення освітнього компоненту «Нутриціологія» здобувач вищої освіти отримує наступні програмні компетентності та програмні результати навчання, які визначені в Стандарті вищої освіти зі спеціальності **181 «Харчові технології»** *//ГІПЕРПОСИЛАННЯ НА СТАНДАРТ* та «Інноваційні технології ресторанного бізнесу та здорового харчування» *//ГІПЕРПОСИЛАННЯ НА ОП* підготовки магістрів.

#### **Інтегральна компетентність**

Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері харчових технологій та ресторанного бізнесу.

#### **Загальні компетентності:**

ЗК4. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

#### **Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:**

СК4. Здатність розробляти програми ефективного функціонування підприємств харчової промисловості та/або закладів ресторанного господарства відповідно до прогнозів розвитку галузі в умовах глобалізації.

#### **Програмні результати навчання:**

ПРН 2. Приймати ефективні рішення, оцінювати і порівнювати альтернативи у сфері харчових технологій, у тому числі у невизначених ситуаціях та за наявності ризиків, а також в міждисциплінарних контекстах.

ПРН 4. Застосовувати статистичні методи обробки експериментальних даних в галузі харчових технологій, використовувати спеціалізоване програмне

забезпечення для обробки експериментальних даних.

ПРН 6. Розробляти та реалізовувати програми розвитку підприємств галузі на коротко- та довгострокову перспективу, аналізувати та оцінювати їх ефективність, екологічні та соціальні наслідки.

## 5. Інформаційний обсяг освітнього компоненту

### 5.1 Перелік лекційних завдань

Тема	Зміст теми	Кількість годин	
		денна	заочна
<b>Змістовний модуль 1. Значення системи здорового харчування у житті людини та характеристика продуктів харчування.</b>			
1	Предмет «Нутриціологія» і його сутність. Терміни та визначення. Харчові продукти як джерело макро- та мікронутрієнтів.	2	0,5
2	Раціональне харчування як один із факторів збереження та укріплення здоров'я. Біологічна дія їжі та її функції. Сукупне поняття якості харчових продуктів. Здатність забезпечувати якість та безпечність харчових продуктів під час впровадження технологічних інновацій на підприємствах галузі.	2	0,5
3	Значення сніданку у організації харчування. Визначення та кореляція рівня цукру в крові. з позицій соціальної відповідальності. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.	2	0,5
4	Принципи раціонального харчування. Збалансованість макро-та мікронутрієнтного складу. Кислотно-лужний баланс у організмі людини. Здатність планувати і виконувати наукові дослідження зі збалансованості раціону з урахуванням світових тенденцій науково-технічного розвитку галузі.	2	0,5
<b>Змістовний модуль 2. Характеристика продуктів харчування, основних нутрієнтів та мінорних речовин.</b>			
1	Наукова основа рівню споживання білків, жирів та вуглеводів. Вплив збалансованості жирно кислотного складу раціону на організм людини. Заходи по формуванню раціону харчування, спрямовані на збереження та укріплення здоров'я населення	2	0,5
2	Біологічно активні сполуки. Вплив вітамінів на засвоєння у організмі різних речовин. Фізіологічна дія мінеральних сполук. Проведення досліджень вмісту мікронутрієнтів на відповідному рівні.	2	0,5
3	Характеристика повноцінності раціону харчування. Спектр та індекс харчової щільності продуктів як показники спрямовані на збереження та укріплення здоров'я населення.	2	1,0
<b>Разом за ОК:</b>		14	4

### 5.2 Перелік практичних/лабораторних робіт

№ з/п	Назва практичної/лабораторної роботи	Кількість годин	
		денна	заочна
1	Дослідження технологій страв та кулінарних виробів з урахуванням світових тенденцій науково-технічного розвитку галузі. Визначення впливу технологічної переробки на збереження лабільних компонентів (L - аскорбінової кислоти).	4	2
2	Дослідження вмісту мікроелементів в харчових продуктах на відповідному сучасним методам рівні. Збагачення кулінарної продукції кальцієм.	4	2
3	Дослідження впливу рецептури на збалансованість нутрієнтного складу. Розрахунок індексу харчової щільності для харчових продуктів як показника спрямованого на збереження та укріплення здоров'я населення.	4	4

4	Аналіз сніданку та розрахунок калорійності денного раціону. Визначення вуглеводного складу продуктів та його корекція з позицій соціальної відповідальності.	4	2
<b>Всього за ОК:</b>		<b>16</b>	<b>10</b>

### 5.3 Перелік завдань до самостійної роботи

№ з/п	Назва теми		
		Об'єм у год.	№ літератури з інформаційних ресурсів
1	Розрахунок харчової цінності нового продукту (страви)	10...40	1, 20
2	Робота над оформленням корисної моделі України на новий вид кулінарної продукції	10...40	1
<b>Всього за ОК:</b>		<b>60...76</b>	

### 6. Система оцінювання та вимоги

Контроль успішності навчання здобувача проводиться у формах вхідного, поточного і підсумкового контролів.

Вхідний контроль якості навчання здійснюється на початку курсу проведенням перевірки залишкових знань здобувачів за ОК, що забезпечують вивчення даного освітнього компоненту (діагностика первинних знань здобувачів).

Формами поточного контролю є:

- виконання і захист практичних/лабораторних робіт;
- усне опитування;

Підсумковий контроль -екзамен.

#### Нарахування балів:

Вид роботи, що підлягає контролю	Максимальна кількість оціночних балів
<b>Змістовний модуль 1.</b> Значення системи здорового харчування у житті людини та характеристика продуктів харчування.	
Лекційний курс *опрацювання	4
Практичні/лабораторні роботи*	20
Самостійна робота*	6
Всього за змістовний модуль 1	30
<b>Змістовний модуль 2.</b> Характеристика продуктів харчування, основних нутрієнтів та мінерних речовин.	
Лекційний курс *опрацювання	3
Практичні/лабораторні роботи*	20
Самостійна робота*	17
Всього за змістовий модуль 2	40
Всього за змістові модулі	70

Екзамен	30
Всього	100

\*Є можливість визнання результатів неформальної освіти відповідно до п.2 [Положення про порядок перезарахування результатів навчання \(навчальних дисциплін\) в Одеському національному технологічному університеті](#).

#### Лабораторні/практичні роботи (приклад оцінювання однієї роботи)

<b>4,5 - 5 балів</b>	<i>Лабораторна відпрацьована та вчасно захищена, надані повні обґрунтовані відповіді</i>	відмінно
<b>4,0 - 4,4 балів</b>	<i>Лабораторна відпрацьована та вчасно захищена, при відповіді допущені неточності</i>	дуже добре
<b>3,5 – 3,9 балів</b>	<i>Лабораторна відпрацьована, відповіді неповні, допущені помилки</i>	добре
<b>2,1 – 3,4 балів</b>	<i>Лабораторна відпрацьована, відповіді незадовільні, допущені грубі помилки</i>	достатньо
<b>0-2 балів</b>	<i>Лабораторна не відпрацьована або дані незадовільні відповіді</i>	незадовільно

#### Тестування (приклад оцінювання)

<b>9,0-10,0</b>	<i>90 - 100 % правильних відповідей</i>	відмінно
<b>8,0 -8,9</b>	<i>74 – 89% правильних відповідей</i>	дуже добре
<b>7,0 – 7,9</b>	<i>60 – 73% правильних відповідей</i>	добре
<b>5,0 – 6,9</b>	<i>35 – 59 % правильних відповідей</i>	достатньо
<b>0 – 4,9</b>	<i>0-35 % правильних відповідей</i>	незадовільно

### 7. Засоби діагностики успішності навчання

**Методи навчання**, які використовуються у процесі проведення занять, а також самостійних робіт за ОК:

- наочні: ілюстративний, та демонстраційний матеріал;
- інтерактивні: використання комп'ютерної техніки, офісних і спеціалізованих програм під час проведення лекцій, практичних та лабораторних занять, проблемне навчання, робота в малих групах, кейс-метод, мозговий штурм, проєктний метод),
- словесні: лекції у традиційному їх викладі;

практичні: лабораторні з виконанням лабораторних робіт та практичні заняття для вивчення технологічних схем, складання матеріальних і теплових балансів тренінг, технології ситуативного моделювання, технології опрацювання дискусійних питань.

#### АБО

**Лекційні заняття:** Словесні методи: розповідь, пояснення, бесіда, дискусія; Наочні: ілюстрація, спостереження, демонстрація; пояснювально-демонстративний метод, проблемний виклад.

**Практичні заняття:** аналіз конкретних ситуацій (проблемних, звичайних, нетипових); групове обговорення питання; дискусії, виконання ситуаційно-розрахункових задач, інтерактивні методи навчання (проблемне навчання,

робота в малих групах, кейс-метод, мозговий штурм, проєктний метод), тренінг, технології ситуативного моделювання, технології опрацювання дискусійних питань

**Лабораторні заняття:** виконання лабораторних дослідів з наступних захистом результатів досліджень.

**Самостійна робота:** робота з навчально-методичними матеріалами, робота зі статистично-аналітичними звітами, складання планової та звітної документації, науково-дослідна робота студентів (методи пізнання, аналогій, оцінка, ілюстрація тощо), складання скетчів за темами лекцій, реферування, конспектування)

## 8. Інформаційні ресурси

### Базові (основні):

Примітка: Вимоги до переліку основної літератури

1. Наявність не менше **п'яти літературних джерел** за останні **5 років** ( підручники, конспекти лекцій, методичні вказівки, монографії та інше).
2. Всі літературні джерела мають бути або **державною мовою** або мовою країн **Організації економічного співробітництва та розвитку (ОЕСР)**.
3. Всі літературні джерела мають бути в фонді науково-технічної бібліотеки ОНТУ, зокрема бути представленими в **електронному каталозі НТБ ОНТУ**.
4. Після виконання пошуку в електронному каталозі НТБ ОНТУ ви маєте натиснути кнопку **«Детальніше»**.
5. Ви отримали **повний опис** та електронне посилання літературного джерела, саме їх ви повинні додати переліку Основної літератури.

### 6. 4. Інформаційні ресурси

1. Конспект лекцій з дисципліни «Нутриціологія» для спеціальності 181 «Харчові технології» / Укладач Тележенко Л.М.- О.: ОНТУ, 2023.- 89 с. (електронний варіант на кафедрі технології ресторанного і оздоровчого харчування).
2. Методичні вказівки до виконання лабораторних робіт з дисципліни «Нутриціологія» для студентів спеціальності 181 «Харчові технології», ступеня вищої освіти магістр, освітньої програми «Технології ресторанного бізнесу» денної та заочної форм навчання /Укладачі: Л.М.Тележенко, А.В.Жмудь / За ред. Л.М. Тележенко. – Одеса: ОНАХТ, 2020 р. – 16 с.
3. Капрельянц, Л. В. Лікувально-профілактичні властивості харчових продуктів та основи дієтології [Текст] : підручник /Капрельянц Леонід Вікторович, Петросьянц Арсен Петрович. - Одеса : Друк, 2011. - 269 с. - Бібліогр.: с. 266. - ISBN 978-966-2089-28-7
4. Технологія продукції ресторанного господарства. Навчальний посібник А.Д. Салавеліс, Л.М. Тележенко, С.Л. Колесніченко/ // . – Одеса: Освіта України, 2015. – 366 с.
5. Смоляр В.І. Рациональное харчування. - К.: Наукова думка, 1991. -367 с.

6. Тележенко Л.М. Корисні десерти Монографія/ Л.Н. Тележенко, О.В. Золовська. – Херсон. Видавець Грінь Д.С. – 2017. – 152 с.
7. Тележенко Л.М., Безусов А.Т.. Біологічно - активні речовини фруктів та овочів: зберігання при переробці. – Одеса: Оптимум. - 2004. – 250 с.
8. Здорове харчування: практичні рекомендації [Текст] : монографія / Л. М. Тележенко, Н. А. Дзюба, М. А. Кашкано ; Одес. нац. акад. харч. технологій. — Херсон : Олді-плюс, 2018. — 200 с.  
<https://elc.library.ontu.edu.ua/library-w/DocumentDescription?docid=OdONAHNT-cnrv.BibRecord.166297>
9. Корисні страви одеської кухні [Текст] = Healthy dishes of Odesa cuisine : монографія / Ю. О. Козонова, С. Л. Колесніченко, А. Д. Салавеліс, С. О. Поплавська. — Одеса : Гельве-тика, 2019. — 104 с.  
<https://elc.library.ontu.edu.ua/library-w/DocumentDescription?docid=OdONAHNT-cnrv.BibRecord.166754>

#### Додаткові:

1. Офіційний веб-портал «Законодавство України»  
<https://zakon.rada.gov.ua/laws>
2. Урядовий портал <https://www.kmu.gov.ua/>
3. Офіційний веб-портал Міністерства юстиції України  
<https://minjust.gov.ua/>

#### 9. Політика освітнього компоненту

Політика всіх освітніх компонент в ОНТУ є уніфікованою та визначена з урахуванням законодавства України, [Корпоративному кодексу ОНТУ /ГІПЕРПОСИЛАННЯ](#), [Кодексу академічної доброчесності ОНТУ/ГІПЕРПОСИЛАННЯ](#), [Положення про організацію освітнього процесу ОНТУ/ГІПЕРПОСИЛАННЯ](#), [Положення про порядок перезарахування результатів навчання \(навчальних дисциплін\) в ОНТУ/ГІПЕРПОСИЛАННЯ](#), [вимог ISO 9001:2015/ГІПЕРПОСИЛАННЯ](#) та роботодавців ([/ГІПЕРПОСИЛАННЯ НА СТОРІНКУ НА Ф-ТІ](#))

Викладач /ПІДПИСАНО/ Любов ТЕЛЕЖЕНКО

Викладач /ПІДПИСАНО/ Віта АТАНАСОВА

Викладач /ПІДПИСАНО/ Юлія КОЗОНОВА

Розглянуто та затверджено на засіданні кафедри \_\_\_\_\_

Протокол від « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 р. № \_\_\_\_

Завідувач кафедри /ПІДПИСАНО/ Любов ТЕЛЕЖЕНКО

ПОГОДЖЕНО:

Гарант ОП *НАЗВА*



*посада, назва кафедри*

/ПІДПИСАНО/

Геннадій ДІДУХ