

Міністерство освіти і науки України
Сумський національний аграрний університет
Факультет харчових технологій
Кафедра технології харчування

Робоча програма (силабус) освітнього компонента

ОК 10 НУТРИЦІОЛОГІЯ

основний

Реалізується в межах освітньої програми «Готельно-ресторанна справа»
ГАЛУЗЬ ЗНАНЬ J «Транспорт та технології»
за спеціальністю J2 «Готельно-ресторанна справа»

на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти

Суми – 2025

Розробник: Кошель О.Ю., доцент кафедри технології харчування

(підпис)

(прізвище, ініціали)

(вчений ступінь та звання, посада)

Розглянуто, схвалено та затверджено на засіданні кафедри <u>технології</u> <u>харчування</u> (назва кафедри)	протокол від 04.06.2025 № 23
	Завідувач кафедри  (підпис) <u>Оксана</u> <u>МЕЛЬНИК</u> (прізвище, ініціали)

Погоджено:

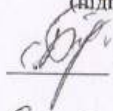
Гарант освітньої програми

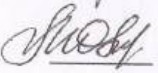

(підпис) Тетяна СТЕПАНОВА
(ПІБ)

Декан факультету харчових технологій,
де реалізується освітня програма

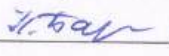

(підпис) Наталія БОЛГОВА

Рецензія на робочу програму надана:


(підпис) Сергій БОКОВЕЦЬ (додається)


(підпис) Оксана МЕЛЬНИК (додається)

Методист відділу якості освіти,
ліцензування та акредитації


(підпис) Тетяна БОРОДАЧУК

Зареєстровано в електронній базі: дата: 30.06 2025 р.

Інформація про перегляд робочої програми (силабусу):

Навчальний рік, в якому вносяться зміни	Номер додатку до робочої програми з описом змін	Зміни розглянуто і схвалено		
		Дата та номер протоколу засідання кафедри	Завідувач кафедри	Гарант освітньої програми

14.	Передумови вивчення ОК, зв'язок з іншими освітніми компонентами ОП	1. Освітній компонент є основою для вивчення ОК Ресторанна справа, Технологія продукції ресторанного господарства
15.	Політика академічної доброчесності	Дотримання академічної доброчесності для здобувачів вищої освіти передбачає: самостійне виконання навчальних завдань, завдань поточного та підсумкового контролю результатів навчання; посилаючись на джерела інформації у разі використання ідей, тверджень, відомостей; дотримання норм законодавства про авторське право; надання достовірної інформації про результати власної навчальної або наукової діяльності. Порушення академічної доброчесності при вивченні ОК «Нутриціологія» вважаються: академічний плагіат, академічне шахрайство (списування, обман, видавання чимось виконаної роботи за власну), використання електронних пристроїв під час підсумкового контролю знань За порушення академічної доброчесності здобувачі освіти можуть бути притягнені до такої академічної відповідальності: Академічний плагіат – оцінка 0, повторне виконання завдання. Академічне шахрайство – анулювання отриманих балів; повторне проходження оцінювання повторне виконання несамотійно виконаної роботи; Використання електронних пристроїв під час підсумкового контролю знань – відсторонення від виконання роботи, оцінка 0, повторне проходження підсумкового контролю
16	Посилання на курс у системі Moodle	https://cdn.snu.edu.ua/moodle/course/view.php?id=5517&notifiededitingon=1
17	Ключові слова	Нутриціологія, дієтичні продукти, академічна доброчесність, функціональні властивості.

2. РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ ЗА ОСВІТНІМ КОМПОНЕНТОМ ТА ЇХ ЗВ'ЯЗОК З

Результати навчання за ОК: Після вивчення освітнього компонента студент очікувано буде здатен...»	Програмні результати навчання, на досягнення яких спрямований ОК (зазначити номер згідно з нумерацією, наведеною в ОП) ¹				Як оцінюється РНД
	ПРН 4	ПРН 10	ПРН 16	ПРН 18	
ДРН 1. Знати основи та сучасні концепції здорового харчування з метою реалізації їх у готельних і ресторанних підприємствах	+			+	Тести множинного вибору; вирішення ситуаційних завдань; усне опитування, диф.залик
ДРН 2. Розуміти основні нутрієнтні складові харчової продукції та їх вплив на організм людини		+		+	Тести множинного вибору; вирішення ситуаційних завдань; диф.залик
ДРН 3. Знати особливості нутрієнтної корекції при різних захворюваннях з метою впровадження в окремих підприємствах готельного і ресторанного господарства		+			Тести множинного вибору та на відповідність; усне опитування; вирішення ситуаційних задач, диф. залик
ДРН 4. Вміти самостійно набувати сучасних знань та ефективно налагоджувати комунікації при виконанні командних завдань			+	+	Презентація з доповіддю, диф.залик

¹ Має відповідати Матриці забезпечення програмних результатів навчання відповідними компонентами освітньої програми, зазначається для обов'язкових освітніх компонентів ОП І та II рівня, для усіх (обов'язкових та вибіркових ОК) ОП III

3. ЗМІСТ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА (ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ)

Тема. Перелік питань, що будуть розглянуті в межах теми	Розподіл в межах загального бюджету часу			Рекомендована література ²
	Аудитор на робота		Само-стійна робота	
	Лк	Лб		
	Ден	Ден		
Лк Тема 1. Основи нутриціології як науки про харчування. Основні терміни та визначення. Харчування та здоров'я. Альтернативні та нетрадиційні види харчування Лб. Ознайомлення з основами нутриціології як науки про харчування. СРС. Нетрадиційні види харчування.	2	2	6	1, 2, 3, 4, 6, 9
Лк. Тема 2. Теорії харчування. Принципи раціонального харчування: Фізіологічні та гігієнічні вимоги до раціонального харчування. Енергетична і харчова цінність раціону. Енергетичні витрати людини при різних видах діяльності. Оцінка індивідуального харчового статусу організму. Лб. Вивчення теорії харчування. СРС. Гігієнічні вимоги до раціонального харчування.	2	2	6	1, 2, 3, 4, 6, 9
Лк Тема 3. Білки як макронутрієнти та їх роль у харчуванні людини. Характеристика білків та їх роль у організмі людини. Біологічна цінність білків. Рекомендовані середні норми білків у добовому раціоні. Лб. Вивчення білків як макронутрієнтів та їх ролі у харчуванні людини СРС. Причини порушення білкового статусу (білковий, білково-енергетичний дефіцит та надлишок).	2	2	6	1, 2, 3, 4, 6, 9
Лк Тема 4. Жири як макронутрієнти та їх роль у харчуванні людини. Характеристика жирів та їх роль у організмі людини. Біологічна цінність жирів. Рекомендовані середні норми жирів у добовому раціоні. Лб. Вивчення жирів як макронутрієнтів та їх ролі у харчуванні людини СРС. Причини порушення жирового статусу.	2	2	6	2, 8,10
Лк Тема 5. Вуглеводи як макронутрієнти та їх роль у харчуванні людини. Характеристика вуглеводів. Роль вуглеводів у організмі людини. Глікемічний індекс. Рекомендовані середні норми вуглеводів у добовому раціоні. Лб. Вивчення вуглеводів як макронутрієнтів та їх ролі у харчуванні людини СРС. Причини порушення вуглеводного статусу.	2	2	6	1, 2,4,10
Лк Тема 6. Вітаміни та їх значення в організмі людини. Характеристика вітамінів та їх роль у організмі людини. Водорозчинні вітаміни. Жиророзчинні вітаміни. Рекомендовані середні норми вітамінів у добовому раціоні. Авітаміноз. Гіпервітаміноз.	2	2	6	2,4,10,11

²Конкретне джерело із основної чи додатково рекомендованої літератури

Лб. Вивчення вітамінів та їх значення в організмі людини. СРС. Вітаміноподібні речовини				
Лк Тема 7. Мікроелементи та їх значення в організмі людини. Характеристика мікроелементів та їх роль у організмі людини. Мікроелементи. Мікроелементи. Лб. Вивчення мікроелементів та їх значення в організмі людини. СРС. Зміни обміну речовин, обумовлені недостатнім надходженням мікроелементів.	2	2	6	2,4,5, 7, 9, 10,11
Лк Тема 8. Продукти з функціональними властивостями. Класифікація та основи технології функціональних продуктів. Інгрідієнтний склад функціональних продуктів. Біологічно активні добавки – фізіологічно функціональні харчові інгрідієнти. Пробіотики, їх роль у організмі людини та функціональних продуктах. Пребіотики та синбіотики у виробництві продуктів функціонального призначення Лб. Вивчення продуктів із функціональними властивостями. СРС. Синбіотики у виробництві продуктів функціонального призначення.	2	2	6	2, 7,10
Лк Тема 9. Харчова непереносимість та харчові алергії. Характеристика особливостей харчової непереносимості. Характеристика харчових алергій. Нутрієнтна корекція харчової алергії. Нутрієнтна корекція харчової непереносимості. Лб. Вивчення харчової непереносимості та харчової алергії. СРС. Нутрієнтна корекція харчової алергії.	2	2	6	1,5,6,7,10
Лк Тема 10. Нутриціологічна та дієтологічна характеристика продуктів тваринного походження. Нутриціологічна та дієтологічна характеристика м'яса та м'ясних продуктів. Нутриціологічна та дієтологічна характеристика гідро біонтів. Нутриціологічна та дієтологічна характеристика молока та та молочних продуктів. Нутриціологічна та дієтологічна характеристика яєць та яєчних продуктів. Лб. Вивчення нутриціологічної та дієтологічної характеристики продуктів тваринного походження. СРС. Дієтологічна характеристика яєчних продуктів.	4	4	6	1,5,6,7,10
Лк Тема 11. Нутриціологічна та дієтологічна характеристика продуктів рослинного походження. Нутриціологічна та дієтологічна характеристика плодово-овочевих культур та грибів.. Нутриціологічна та дієтологічна характеристика зернових та бобових культур. Лб. Вивчення нутриціологічної та дієтологічної характеристики продуктів рослинного походження. СРС. Нутриціологічна та дієтологічна характеристика бобових.	2	4	6	1,5,6,7,10
Лк Тема 12. Особливості нутрієнтної корекції при різних захворюваннях. Дієтотерапія. Нутрієнтна корекція при ожирінні.	6	4	6	1,5,6,7,10

Нутрієнтна корекція при цукровому діабеті. Нутрієнтна корекція при захворюваннях шлунково-кишкового тракту. Нутрієнтна корекція при захворюваннях серцево-судинної системи. Нутрієнтна корекція при захворюваннях сечовивідної системи. Л6. Вивчення особливостей нутрієнтної корекції при різних захворюваннях. СРС. Дієтотерапія.				
Всього	30	30	90	

4. МЕТОДИ ВИКЛАДАННЯ ТА НАВЧАННЯ

ДРН	Методи викладання (робота, що буде проведена викладачем <u>під час аудиторних занять, консультацій</u>)	Кількість годин	Методи навчання (які види навчальної діяльності має виконати <u>студент самостійно</u>)	Кількість годин
ДРН 1. Знати основи та сучасні концепції здорового харчування з метою реалізації їх у готельних і ресторанних підприємствах	Пояснювально-репродуктивні методи: лекція, розповідь-пояснення, спрямовані на вирішення ціннісно-орієнтованого змісту навчального матеріалу (в контексті професійних завдань) Використання платформи MOODLE, ZOOM під час змішаної форми навчання.	20	робота з підручниками, посібниками, матеріалами мережі Інтернет; ілюстрація, демонстрація, вирішення ситуаційних завдань, самостійних робіт тощо	20
ДРН 2. Розуміти основні нутрієнтні складові харчової продукції та їх вплив на організм людини	Частково-пошукові методи: проблемно-діалогові, моделювання, кейс-метод тощо Використання платформи MOODLE, ZOOM під час змішаної форми навчання.	20	самостійний пошук навчальної інформації, виконання лабораторних робіт, ситуаційних завдань.	20
ДРН 3. Знати особливості нутрієнтної корекції при різних захворюваннях з метою впровадження в окремих підприємствах готельного і ресторанного господарства	Проблемно-пошукові методи при виконанні лабораторних робіт Використання платформи MOODLE, ZOOM під час змішаної форми навчання.	14	Опрацювання літератури та нормативної документації за темою, на платформі Moodle Виконання та задача лабораторних робіт	14
ДРН 4. Вміти самостійно набувати сучасних знань та ефективно налагоджувати комунікації при виконанні командних завдань	Проблемні – дискусії та обговорення за вивченням матеріалом. Лекція-прес-конференція. Використання платформи MOODLE, ZOOM під час змішаної форми навчання.	10	Опрацювання літератури та нормативної документації за темою, на платформі Moodle Виконання та задача лабораторних робіт	10

5. ОЦІНЮВАННЯ ЗА ОСВІТНІМ КОМПОНЕНТОМ

5.1. Діагностичне оцінювання (зазначається за потреби)

5.2. Сумативне оцінювання

5.2.1 Для оцінювання очікуваних результатів навчання передбачено

1.	Усне опитування	10 балів/10%	До 15 тижня
2.	Вирішення ситуаційних завдань	20 балів/20%	До 14-15 тижня
3.	Презентація з доповіддю	15 балів/15%	До 15 тижня
4.	Протоколи лабораторних робіт	30 балів/30%	До 15 тижня
5.	Тести множинного вибору	15 балів/15%	До 10 тижня
6.	Диф. залік (два завдання: 1. тести множинного вибору; 2. теоретичне запитання)	10 балів/10%	Екзаменаційний тиждень

5.2.2 Критерії оцінювання

Компонент	Незадовільно	Задовільно	Добре	Відмінно
	<3 балів	3-5	6-8 балів	9-10 балів
Усне опитування	Вимоги щодо завдання не виконано	Більшість вимог виконано, але окремі складові відсутні або недостатньо розкриті, відсутній аналіз інших підходів до питання	Виконано усі вимоги завдання	Виконано усі вимоги завдання, продемонстровано, креативність, вдумливість, запропоновано власне вирішення проблеми
Вирішення ситуаційних завдань	<3 балів	5-10	10-15 балів	15-20 балів
	Вимоги щодо завдання не виконано	Більшість вимог виконано, але окремі складові відсутні або недостатньо розкриті, відсутній аналіз інших підходів до питання	Виконано усі вимоги завдання, розв'язані ситуаційне завдання розв'язане повністю, протокол складений	Виконано усі вимоги завдання, продемонстровано, креативність, вдумливість, запропоновано власне вирішення проблеми
Презентація з доповіддю	<3 балів	3-5	6-9 балів	10-15 балів
	Вимоги щодо завдання не виконано	Презентація підготована, але доповідь не чітка, не логічна	Виконано усі вимоги завдання, доповідь та презентація відповідають поставленим вимогам	Виконано усі вимоги завдання, продемонстровано, креативність, вдумливість, запропоновано власне вирішення
Протоколи лабораторних робіт	<5 балів	5-10	11-15	16-20
	Вимоги щодо завдання не виконано	Більшість вимог виконано, але є незначні порушення методик	Завдання виконане вірно	Виконано усі вимоги завдання, продемонстровано, креативність, вдумливість, запропоновано власне вирішення
Тести множинного вибору	<2 балів	2-9	10-13	14-15
	Менше 3 правильних	3-7 правильних	8-9 правильних відповідей	Всі правильні відповіді

	відповідей	відповідей		
	<5 балів	15-20	21-26	27-30
Диф. залік	Питання не розкриті	Розкрито два завдання	Розкрито три завдання	Розкрито три завдання та запропоновано практичне виконання завдання

Формативне оцінювання:

№	Елементи формативного оцінювання	Дата
1.	Письмове опитування після вивчення тем зі зворотнім зв'язком від викладача	15 хв в кінці заняття при завершенні вивчення теми
2.	Усний зворотний зв'язок від викладача під час роботи над ситуаційними задачами протягом занять	наступне заняття після вивчення нової теми
3.	Усний зворотний зв'язок від викладача та студентів після презентації з доповіддю	10-15 тиждень
4.	Експрес-опитування із взаємоперевіркою студентами	перед кожною роботою в лабораторії хімії
5.	Підсумковий тестовий контроль зі зворотним зв'язком від викладача	в кінці кожного вивченого розділу
6.	Розв'язок ситуаційних завдань із груповим обговоренням	30-45 хв при вивченні кожної нової теми

6. НАВЧАЛЬНІ РЕСУРСИ (ЛІТЕРАТУРА)

6.1. Основні джерела

1. Павлюцька Л.Ф., Дуденко Н.В., Дмитрієвич Л.Р. Основи фізіології, гігієни харчування та проблеми безпеки харчових продуктів: Навчальний посібник. Суми: Університетська книга, 2021. – 170 с.
2. Нутриціологія: навчальний посібник для студ. вищ. навч. закл. /Н.В.Дуденко, Л.Ф.Павлюцька, І.В.Цихановська [et al.] – Харків: Світ Книг, 2021. – 560 с.
3. Wildman, R. E. C., & Bruno, R. S. (2020). Handbook of Nutraceuticals and Functional Foods (3rd ed.). CRC Press.
4. Anandharamakrishnan, C., & Parthasarathi, S. (2023). Industrial application of functional foods, ingredients and nutraceuticals: Extraction, Processing and Formulation of Bioactive Compounds. Academic Press

6.2 Додаткові джерела

5. Inamuddin, Altalhi, T., & Cruz, J. N. (2023). Nutraceuticals: Sources, Processing Methods, Properties, and Applications. Elsevier.
6. Martin, C. R., Patel, V. B., & Preedy, V. R. (2023). Treatments, nutraceuticals, supplements and herbal medicine in neurological disorders. Academic Press.
- 7.Sizer F. (2019). Nutrition: Concepts and Controversies. 880.
8. Thompson J. (2019). The Science of Nutrition, 976. <https://docplayer.net/36251400-The-science-of-nutrition.html>
9. Stepanova T.M. (2023) The Prospect of Using Non-Traditional Raw Materials for Fillings as a Component of Culinary Brands of Sumy Region. TESS Res Econ Bus. 2(1): 113
10. Shang, F., Kryzhska, T., Liu, Y., Duan, Z., Danylenko, S., Stepanova, T. & Koshel, O. (2022). Effects of Different Natural Food Coloring Additions on the Quality of Chicken Sausage. Journal of Chemistry and Technologies, 30(2), 265–274. doi.org/10.15421/jchemtech.v30i2.244538

Програмне забезпечення

Програмне забезпечення (для підтримки дистанційного навчання (Moodle), Інтернет-опитування (Kahoot, LearningApp), тощо.