

# Tárgytematika

<b>Félév:</b>	2013/14/2
<b>Tárgynév:</b>	Élelmezés egészségügyi ismeretek
<b>Tárgykód:</b>	ALTSRA3221
<b>Felelős szervezet neve:</b>	Rekreológia Intézeti Tanszék
<b>Felelős szervezet kódja:</b>	AA25
<b>Tárgyfelelős neve:</b>	Dr. Fehér Katalin
<b>Tárgy követelménye:</b>	Vizsga
<b>Tárgy heti óraszám:</b>	0/0/0
<b>Tárgy féléves óraszám:</b>	8/0/0

---

## Oktatás célja:

A tantárgy célja, hogy a hallgatók megismerjék az egészséges táplálkozás alapelveit, a megvalósítás lehetőségeit és egészségfejlesztési tevékenységük során alkalmazni tudják a tanultakat. Ismereteket kapnak az élelmezés egészséget befolyásoló szerepéről, a táplálkozással összefüggő megbetegedésekről és megelőzésükről.

## Tantárgy tartalma:

Az élelmezés-egészségügy tárgya, alapfogalmak

Tápanyagszükséglet, tápláltsági állapot

Élelmi anyagok, élelmiszerek, ételek; különleges táplálkozási célú élelmiszerek

Az egészséges táplálkozás ajánlásai; a táplálkozás szerepe egyes betegségek megelőzésében

Ételkészítési technológiák, korszerű ételkészítés

A közétkeztetés szerepe, feladatai, formái

Az étkeztetés minőségi értékelése, étrend-tervezés a gyakorlatban

Élelmiszerbiztonság, élelmiszer eredetű megbetegedések

## Számonkérési és értékelési rendszere:

Írásbeli vizsga

## Kötelező irodalom:

Kötelező: előadás jegyzet

Ajánlott: Tápanyagtáblázat, szerkesztette: Dr. Rodler Imre, Medicina Könyvkiadó Rt., Budapest 2005; A táplálkozás egészségkönyve, Kossuth Kiadó 2000.