

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шебзухова Татьяна Александровна
Должность: Директор Пятигорского института (филиал) Северо-Кавказского
федерального университета
Дата подписания: 25.08.2023 12:49:56
Уникальный программный ключ:
d74ce93cd40e39275c3ba2f58486412a1c8ef96f

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Пятигорский институт (филиал) СКФУ

Методические указания

по выполнению практических работ
по дисциплине «ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ»
для студентов направления подготовки
19.03.04 Технология продукции и организация
общественного питания

Направленность (профиль) Технология и организация ресторанного дела

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Пятигорск, 2022

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Содержание

	С.
Введение.....	3
Практическая работа № 1 Строение и функции пищеварительной системы.....	5
Практическая работа №2 Влияние пищевых факторов на нейрогуморальную систему.....	7
Практическая работа №3 Физиологическое значение белков.....	8
Практическая работа №4 Физиологическая роль липидов в организме.....	11
Практическая работа №5 Влияние пищевых волокон на процессы пищеварения.....	12
Практическая работа № 6 Физиологическая роль минеральных веществ в организме.....	13
Практическая работа № 7 Влияние технологической обработки сырья на пищевую ценность готового продукта.....	16
Практическая работа №8 Особенности пищевого рациона при заболеваниях почек.....	18
Практическая работа №9 Особенности пищевого рациона при заболевании сердечнососудистой системы.....	19
Рекомендуемая литература.....	20
Приложения.....	21

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

- владение способностью разрабатывать мероприятия по совершенствованию технологических процессов производства продукции питания различного назначения;
- владение способностью изучать и анализировать научно-техническую информацию, отечественный и зарубежный опыт по производству продуктов питания;
- овладение принципами организации функционального, лечебно-профилактического и лечебного питания.

Правила работы в лаборатории

1. В помещение лаборатории нельзя входить без специальной одежды – халата, шапочки, сменной обуви.
2. Запрещается в помещении прием и хранение пищи. Курение.
3. Нельзя использовать лабораторную спец. одежду за пределами лаборатории.
4. В лаборатории должна быть инструкция по технике безопасности, которую студенты должны знать и строго выполнять. Необходимо обязательно немедленно сообщить руководителю лаборатории или преподавателю обо всех аварийных ситуациях, создающих угрозу биологической безопасности и проводить все мероприятия для предотвращения последствий.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

		недостатк е.		
Вода (H₂O) – это среда, в которой существуют клетки, и поддерживается связь между ними, это основа всех жидкостей в организме (крови, лимфы, пищеварительных соков)	При участии воды происходит обмен веществ, терморегуляция и другие биологические процессы. Вместе с потом, выдыхаемым воздухом и мочой вода выводит из организма вредные продукты обмена.		В зависимости от пола, возраста и характера труда человека, климатических условий воды необходимо 2 – 2,5 л. с питьем 1 л воды с пищей 1,2 л 0,3 л образуется в процессе обмена.	Овощи и фрукты 70 – 95% Мясо 38 – 78% Рыба 57 – 89% Молоко 88% Крупы 10 – 14% Сахар 0,14%
Белки –				
Жиры –				
Углеводы –				
Моносахариды C₆ H₁₂ O₆				
Глюкоза – виноградный сахар				
Фруктоза – фруктовый сахар				
Галактоза – составная часть молочного сахара				
Манноза				
Дисахариды C₁₂ H₂₂ O₁₁				
Сахароза – свекловичный сахар				
Мальтоза – солодовый сахар				
Лактоза – молочный сахар				
Полисахариды (C₆ H₁₀ O₅)_n				
Крахмал				
Клетчатка – целлюлоза				
Гликоген – крахмал				

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

	образовании ферментов и тканей, поддерживают защитные свойства организма.	Избыток витаминов гипервитаминоз.		
--	---	-----------------------------------	--	--

Водорастворимые витамины

С – аскорбиновая кислота	Участвует в окислительно-восстановительных процессах организма, оказывает влияние на белковый, углеводный и холестеринный обмен.	Недостаток витамина С в питание снижает сопротивляемость человеческого организма к заболеваниям, отсутствие вызывает цингу.	70 – 100 мг	В свежих овощах и плодах, особенно много в шиповнике, черной смородине, красном перце, а также в зелени петрушки, укропа, белокочанной капусте, яблоках и др.
Р – биофлавоноид				
В ₁ – тиамин				
В ₂ – рибофлавин				
РР – никотиновая кислота				
В ₆ - пиридоксин				
В ₉ – фолиевая кислота				
В ₁₂ - коболамин				
В ₁₅ – пангамовая кислота				
Холин				
Н – биотин				

Жирорастворимые витамины

А – ретинол				
Д – кальциферол				

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

женщины	3200	109	103	437
Третья группа				
мужчины	4000	137	129	546
женщины	3600	124	116	492
Четвёртая группа				
мужчины	4500	154	145	615
Возраст детей				
1-2	1400	48	48	185
3-6	1900	65	65	251
7-10	2400	82	82	317
11-14	3000	102	102	398
15-17	3300	113	106	451

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Пятигорский институт (филиал) СКФУ
Кафедра технологии продуктов питания и товароведения

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

по дисциплине: «**ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ**»

Выполнил:

Студент _____

_____ курса группы _____

Направление подготовки: 19.03.04

_____ формы обучения

(подпись)

Руководитель работы:

(ФИО, должность, кафедра)

Работа выполнена и
защита с оценкой _____ Дата защиты _____

Пятигорск, 20__ г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Пятигорский институт (филиал) СКФУ

Методические указания

для обучающихся по организации и проведению самостоятельной работы
по дисциплине «ФИЗИОЛОГИЯ ПИТАНИЯ»

направления подготовки 19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания
Направленность (профиль) Технология и организация ресторанного дела

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Пятигорск, 2022

Содержание

Введение	27
Общая характеристика самостоятельной работы студента	27
План-график выполнения СРС по дисциплине	28
Контрольные точки и виды отчетности по ним	29
Методические рекомендации по изучению теоретического материала	30
Вопросы для собеседования	30
Формы отчетности, порядок их оформления и представления, критерии оценивания	35
Методические указания (по видам работ, предусмотренных рабочей программой дисциплины)	36
Методические указания по подготовке к экзамену	37
Список рекомендуемой литературы	38

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

