

Студијски програм: Хотелијерство			
Назив предмета: Посебни облици исхране			
Наставник/наставници: др Калушевић Ана			
Статус предмета: изборни			
Број ЕСПБ: 5			
Услов: нема			
Циљ предмета			
<p>Општи циљ предмета је упознавање студената са основама исхране људи различите старосне доби, занимања, опредељења и здравственог стања, као и свим факторима који могу допринети очувању и унапређењу здравља кроз правилну исхрану у оквиру њихове специфичне групације. Главни циљ предмета је анализирање потреба различитих категорија конзумента и осмишљавање јеловника са примерима из праксе. Циљ је и да студенти разумеју и савладају специфичности појединих категорија, попут вегана, особа са целијакијом, са дисфагијом, или пак исхране по Кошер-у и ХАЛАЛ-у.</p> <p>Један од посебних циљева предмета је познавање квантитативних и квалитативних нутритивних потреба, као и оспособљавање студената за израчунавање енергетске вредности појединачних намирница, састојака, комплетног оброка или укупног дневног уноса ради што адекватнијег прилагођавања јеловника специфичној групи (деца предшколског или школског узраста, студенти, спортисти, војници, радници, стара лица, труднице и дојиље, особе са интолеранцијама на различите намирнице и са различитим здравственим проблемима или поремећајима у исхрани). Додатни циљ је упознавање студената са захтевима (хигијенским, техничким, грађевинским, организационим и сл) за објекте организоване исхране.</p>			
Исход предмета			
<p>Студенти ће моћи успешно да примењују стечена знања у својој струци при практичном раду – осмишљавању јела, њихових састојака и комбинација намирница, као и адекватних количина сваке од намирница и укупне количине појединачних оброка у складу са категоријом/типом гостију одређеног угоститељског објекта или објекта масовне, односно организоване исхране. Студенти ће бити у стању да самостално израчунавају енергетске вредности осмишљених и припремљених јела и да их прилагоде према индивидуалним потребама госта/конзумента или специфичним захтевима појединих групација – посетилаца њихових објеката, са посебним освртом на исхрану деце у предшколским и школским установама, студентским, радничким и војним мензама, исхрану у болницама, велнес и спа објектима, или наменским ресторанима (вегански, кето, безглутенски, и сл). Студенти познају важеће регулативе које се тичу, пре свега, грађевинско-техничких и хигијенских захтева што су неопходна знања за руководеће позиције у угоститељским објектима.</p>			
Садржај предмета			
<i>Теоријска настава</i>			
<p>Значај угљених хидрата, беланчевина, липида, минерала, витамина, антиоксиданаса у исхрани. Основни принципи правилне исхране. Балансирана исхрана и њено планирање. Нутритивна вредност, физиолошка вредност и енергетска вредност хране. Пирамиде стандардне, вегетаријанске, веганске, медитеранске, кето и др исхране. Исхрана појединих популационих група. Исхрана и физичка (не)активност. Исхрана особа различитих старосних доби. Исхрана особа са различитим хроничним болестима. Исхрана особа са интолеранцијама и алергијама. Исхрана особа различитих вероисповести. Поремећаји у исхрани, узроци и последице.</p> <p>Објекти организоване исхране. Подела, захтеви и организација просторија и рада у објектима организоване исхране. Контрола хигијене у објектима организоване исхране.</p>			
<i>Практична настава</i>			
<p>Практичну наставу из предмета Посебни облици исхране представља осмишљавање специфичних јеловника и вежбање израчунавања енергетских вредности намирница различитог порекла и састава, производа и готових јела на 100 грама, порцију и паковање у стандардним јединицама килокалоријама и килоџулима.</p> <p>Основе израчунавања енергетске вредности. Креирање нутритивне таблице. Израчунавање енергетске вредности појединачних биљних и анималних намирница. Израчунавање енергетске вредности нестандартних оброка. Правилно тумачење свих података на декларацији упакованих и неупакованих намирница.</p>			
Литература			
Обавезна литература:			
Ђуришић, Б. (2010). <i>Масовна исхрана</i> . Београд: Висока хотелијерска школа.			
Допунска литература:			
Новаковић, Б., & Јусуповић, Ф. (2014). <i>Исхрана и здравље</i> . Нови Сад: Медицински факултет Нови Сад.			
Трбовић, Б. (2009). <i>Обрада намирница и припремање дијета</i> – практикум. Београд: Завод за уџбенике.			
Јокић, Н. (2007). <i>Калоријска вредност 5000 намирница</i> . Београд: Завод за уџбенике и наставна средства.			
Николић М, Станковић А, Никић Д, Стојановић Д, Митровић В, Башић С. и др. (2008).. <i>Дијететика</i> = (Nutrition and Dietetics). Ниш : Медицински факултет Универзитета. Београд: WUS Austria.			
Ђорђевић, Ј. (2014). <i>Дијететика 1 и 2</i> . Београд: Висока здравствена школа стуковних студија.			
Број часова активне наставе	Теоријска настава: 4	Практична настава: 1	
Типови извођења наставе: предавања, вежбе, консултације.			
Методе извођења наставе: рачунске и показне вежбе, дискусије, презентације.			
Оцена знања (максимални број поена 100)			
Предиспитне обавезе	поена	Завршни испит	поена
активност у току предавања	20	писмени испит	
практична настава	10	усмени испит	30
колоквијум-и	30		
семинар-и	10		