

# KARTA PRZEDMIOTU

|                           |                  |                                                                            |
|---------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Kod przedmiotu            | 0915.4.DI2.D.PPD |                                                                            |
| Nazwa przedmiotu w języku | polskim          | <i>Projektowanie potraw dietetycznych</i><br><i>Dietary meal designing</i> |
|                           | angielskim       |                                                                            |

## 1. USYTUOWANIE PRZEDMIOTU W SYSTEMIE STUDIÓW

|                                            |                            |
|--------------------------------------------|----------------------------|
| 1.1. Kierunek studiów                      | Dietetyka                  |
| 1.2. Forma studiów                         | Stacjonarne/niestacjonarne |
| 1.3. Poziom studiów                        | Studia II stopnia          |
| 1.4. Profil studiów                        | Praktyczny                 |
| 1.5. Osoba przygotowująca kartę przedmiotu | Dr inż. Kamila Sobaś       |
| 1.6. Kontakt                               | kamila.sobas@ujk.edu.pl    |

## 2. OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

|                        |                                                                                                                                     |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2.1. Język wykładowy   | Polski                                                                                                                              |
| 2.2. Wymagania wstępne | Technologia żywności i potraw oraz towaroznawstwo, podstawy dietetyki ogólnej, stylizacja potraw, produkcja posiłków dietetycznych. |

## 3. SZCZEGÓŁOWA CHARAKTERYSTYKA PRZEDMIOTU

|                               |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3.1. Forma zajęć              | Laboratorium                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 3.2. Miejsce realizacji zajęć | Przedmiot realizowany w sali dydaktycznej CM UJK                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 3.3. Forma zaliczenia zajęć   | Zaliczenie z oceną                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 3.4. Metody dydaktyczne       | Laboratorium: Ćwiczenia praktyczne, opracowanie zadania problemowego, dyskusja, projektowania planów żywieniowych dla pacjenta, a następnie przygotowanie „zestawów żywieniowych”. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 3.5. Wykaz literatury         | podstawowa                                                                                                                                                                         | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wieczorek-Chelmińska Z. Nowoczesna dietetyczna książka kucharska. PZWL, Warszawa, 2022.</li> <li>2. Kibil I. Wege. Dieta roślinna w praktyce. PZWL, Warszawa, 2018.</li> <li>3. Zalewski S. Podstawy technologii gastronomicznej. WN-T, Warszawa, 2003.</li> </ol>                                                                                                                                  |
|                               | uzupełniająca                                                                                                                                                                      | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wieczorek D, Lange E. Współczesna dietoterapia. PZWL, Warszawa, 2022.</li> <li>2. Kmiołek A. Sporządzanie i ekspedycja potraw i napojów. Technologia gastronomiczna. Część 1, 2. WSIP, Warszawa, 2013.</li> <li>3. Kijowski J., Grabowski T. Mięso i przetwory drobiowe. PWN, Warszawa, 2018.</li> <li>4. Witczak A., Sikorski Z. Szkodliwe substancje w żywności. PZWL, Warszawa, 2020.</li> </ol> |

## 4. CELE, TREŚCI I EFEKTY UCZENIA SIĘ

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>4.1. Cele przedmiotu (z uwzględnieniem formy zajęć)</b><br><b>Laboratorium:</b><br><b>C1.</b> Nabycie praktycznych umiejętności przygotowania potraw dietetycznych.<br><b>C2.</b> Planowanie i przygotowywanie różnych potraw, dań z wykorzystywaniem różnych technik sporządzania potraw i komponowania posiłków.<br><b>C3.</b> Poszerzenie wiedzy na temat wpływu obróbki kulinarnej na wartość odżywczą i właściwości organoleptyczne żywności.                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>4.2. Treści programowe (z uwzględnieniem formy zajęć)</b><br><b>Laboratorium:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zasady sporządzania potraw dietetycznych.</li> <li>2. Zasady sporządzania diety niskobiałkowej.</li> <li>3. Zasady sporządzania diety wysokobiałkowej (na przykładzie pacjenta po zabiegu bariatrycznym).</li> <li>4. Zasady sporządzania diety z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego.</li> <li>5. Zasady sporządzania diety z kontrolowaną zawartością kwasów tłuszczowych.</li> <li>6. Zasady sporządzania wybranych diet alternatywnych prozdrowotnych.</li> <li>7. Zasady sporządzania ciast i deserów o obniżonej wartości energetycznej.</li> </ol> |

### 4.3. Przedmiotowe efekty uczenia się

| Efekt | Student, który zaliczył przedmiot | Odniesienie do kierunkowych |
|-------|-----------------------------------|-----------------------------|
|-------|-----------------------------------|-----------------------------|

|                                            |                                                                                                                                                       |                            |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
|                                            |                                                                                                                                                       | <b>efektów uczenia się</b> |
| w zakresie <b>WIEDZY:</b>                  |                                                                                                                                                       |                            |
| W01                                        | Zna i rozumie w pogłębionym stopniu zagadnienia związane z technologią potraw oraz towaroznawstwo żywności.                                           | DI2P_W08                   |
| w zakresie <b>UMIEJĘTNOŚCI:</b>            |                                                                                                                                                       |                            |
| U01                                        | Potrafi dobrać obróbkę cieplną do wybranych produktów białkowych, węglowodanowych, tłuszczowych.                                                      | DI2P_U07                   |
| U02                                        | Potrafi określić ilości produktów i potraw w gramach oraz miarach domowych, oblicza wartość energetyczną i odżywczą jadłospisu dla różnych pacjentów. | DI2P_U09                   |
| U03                                        | Potrafi sporządzić instrukcje dotyczące przygotowania posiłków dla różnych pacjentów.                                                                 | DI2P_U06                   |
| w zakresie <b>KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH:</b> |                                                                                                                                                       |                            |
| K01                                        | Posiada świadomość własnych ograniczeń i wie kiedy zwrócić się do innych specjalistów.                                                                | DI2P_K02                   |

| 4.4. Sposoby weryfikacji osiągnięcia przedmiotowych efektów uczenia się |                          |   |   |                |   |   |                        |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------|---|---|----------------|---|---|------------------------|---|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Efekty przedmiotowe<br>(symbol)                                         | Sposób weryfikacji (+/-) |   |   |                |   |   |                        |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                         | Inne (Wejściówki)        |   |   | Praca w grupie |   |   | Aktywność na zajęciach |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                         | Forma zajęć              |   |   | Forma zajęć    |   |   | Forma zajęć            |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                         | W                        | C | L | W              | C | L | W                      | C | L |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| W01                                                                     |                          |   | + |                |   |   |                        |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| U01                                                                     |                          |   | + |                |   | + |                        |   | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| U02                                                                     |                          |   | + |                |   | + |                        |   | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| U03                                                                     |                          |   |   |                |   | + |                        |   | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| K01                                                                     |                          |   |   |                |   | + |                        |   | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

| 4.5. Kryteria oceny stopnia osiągnięcia efektów uczenia się |       |                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Forma zajęć                                                 | Ocena | Kryterium oceny                                                                                                                 |
| Laboratorium (L)                                            | 3     | Uzyskanie 61-68% maksymalnej liczby punktów z wejściówek, ćwiczeń praktycznych wykonywanych w grupie, aktywności na zajęciach.  |
|                                                             | 3,5   | Uzyskanie 69-76% maksymalnej liczby punktów z wejściówek, ćwiczeń praktycznych wykonywanych w grupie, aktywności na zajęciach.  |
|                                                             | 4     | Uzyskanie 77-84% maksymalnej liczby punktów z wejściówek, ćwiczeń praktycznych wykonywanych w grupie, aktywności na zajęciach.  |
|                                                             | 4,5   | Uzyskanie 85-92% maksymalnej liczby punktów z wejściówek, ćwiczeń praktycznych wykonywanych w grupie, aktywności na zajęciach.. |
|                                                             | 5     | Uzyskanie 93-100% maksymalnej liczby punktów z wejściówek, ćwiczeń praktycznych wykonywanych w grupie, aktywności na zajęciach. |

## 5. BILANS PUNKTÓW ECTS – NAKŁAD PRACY STUDENTA

| Kategoria                                                                              | Obciążenie studenta |                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------|
|                                                                                        | Studia stacjonarne  | Studia niestacjonarne |
| LICZBA GODZIN REALIZOWANYCH PRZY BEZPOŚREDNIM UDZIALE NAUCZYCIELA /GODZINY KONTAKTOWE/ | 50                  | 35                    |
| Udział w laboratoriach                                                                 | 50                  | 35                    |
| SAMODZIELNA PRACA STUDENTA /GODZINY NIEKONTAKTOWE/                                     | 50                  | 65                    |
| Przygotowanie do laboratorium                                                          | 40                  | 55                    |
| <b>ŁĄCZNA LICZBA GODZIN</b>                                                            | <b>100</b>          | <b>100</b>            |
| <b>PUNKTY ECTS za przedmiot</b>                                                        | <b>4</b>            | <b>4</b>              |

Przyjmuję do realizacji (data i czytelne podpisy osób prowadzących przedmiot w danym roku akademickim)

.....