

<<食品营养与配餐>>

图书基本信息

书名：<<食品营养与配餐>>

13位ISBN编号：9787122112927

10位ISBN编号：7122112926

出版时间：2011-7

出版时间：化学工业

作者：蔡智军

页数：228

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<食品营养与配餐>>

内容概要

本书是国家示范性高职院校优质核心课程系列教材之一。

本教材在《国家职业标准——公共营养师（试行）》的总体框架下，结合高职学生认知规律、成长规律，融合岗位群职业能力需求，以满足学生专业能力学习、方法能力开发、社会能力提高为目的，以培养公共营养师为目标，以公共营养师工作流程为导向，以项目（任务）教学为载体，设计了4个学习情境，即营养评价、食物选择、食谱编制、营养教育。

教材打破了传统营养师培训的“基础知识+技能”的模式，将营养学基础知识融入于工作任务中，学生不同任务中学习不同理论知识、专业技能，既激发了学生的学习兴趣，也遵循从简单到复杂的学生认知规律，从依赖老师讲授到学生独立完成任务，有利于提高学生的信息收集能力、自我学习能力、创新能力等。

本教材适用于食品、烹饪、营养及餐饮类专业的学生，也可作为其他专业学生公共选修课教材及营养普及用书，还可供相关行业培训使用。

<<食品营养与配餐>>

书籍目录

- 学习情境1营养评价1
 - 子情境1中国居民膳食指南1
 - 子情境2膳食调查4
 - 任务1食物成分表的应用4
 - 任务2家庭3日膳食调查（称重法）8
 - 任务3教师3日膳食摄入情况调查（询问法）11
 - 任务4学校食堂食物消耗量调查（记账法）14
 - 任务5高血脂人群膳食摄入情况调查（食物频率法）17
 - 任务6膳食调查结果的计算与评价20
 - 子情境3体质检测22
 - 任务1成人体质检测22
 - 任务2儿童体质检测26
 - 任务3婴幼儿体质检测29
 - 任务4体质?营养评价30
 - 子情境4实验室指标的收集和判断34
 - 任务1头发样品的收集34
 - 任务2尿液样品的收集和保存36
 - 任务3粪便的收集和保存38
 - 任务4血液的收集和保存40
 - 子情境5食物营养成分评价42
 - 任务1食品能量密度和营养质量指数42
 - 任务2食物蛋白质质量评价——氨基酸评分法43
- 复习思考题47
- 学习情境2食物选择48
 - 子情境1普通人群的营养需要和食物选择48
 - 任务普通人群食物选择51
 - 子情境2婴幼儿的营养需要和食物选择52
 - 任务1婴儿食物选择60
 - 任务2幼儿食物选择63
 - 子情境3学龄前儿童的营养需要和食物选择63
 - 任务学龄前儿童食物选择66
 - 子情境4学龄儿童与青少年的营养需要和食物选择67
 - 任务1学龄儿童食物选择69
 - 任务2青少年食物选择70
 - 子情境5孕妇、乳母的营养需要和食物选择70
 - 任务1孕妇食物选择78
 - 任务2乳母食物选择78
 - 子情境6老人的营养需要和食物选择79
 - 任务老人食物选择81
 - 子情境7从事特殊职业人群食物选择82
 - 任务1运动员食物选择82
 - 任务2高温环境下人群食物选择83
 - 任务3低温环境下人群食物选择83
- 复习思考题84
- 学习情境3食谱编制85

<<食品营养与配餐>>

- 子情境1 食谱编制原则 85
- 子情境2 普通人群食谱编制 87
- 任务1 教师的一餐食谱编制 89
- 任务2 驾驶员一日食谱编制 90
- 任务3 运动员一日食谱编制 93
- 子情境3 学龄前儿童食谱编制 95
- 子情境4 学龄儿童食谱编制 102
- 子情境5 青少年食谱编制 104
- 子情境6 大学生食谱编制 108
- 子情境7 孕妇、乳母食谱编制 111
- 任务1 孕妇食谱制定 111
- 任务2 乳母食谱制定 115
- 子情境8 疾病人群食谱编制 118
- 任务1 糖尿病人群食谱编制 118
- 任务2 痛风病人食谱编制 121
- 任务3 高血脂病人食谱编制 124
- 任务4 高血压病人食谱编制 125
- 子情境9 食堂一周食谱编制（交换份法） 126
- 复习思考题 131
- 学习情境4 营养教育 132
- 子情境1 营养标签解读 132
- 任务1 营养标签解读（以儿童牛奶为例） 135
- 任务2 液态奶营养标签的制作 139
- 任务3 果汁说明书的制作 143
- 子情境2 疾病人群饮食教育 146
- 任务1 肥胖病人膳食营养教育 146
- 任务2 高血压病人膳食营养教育 149
- 任务3 糖尿病人的膳食营养教育 151
- 任务4 痛风病人膳食营养教育 153
- 任务5 肿瘤病人的膳食营养教育 156
- 子情境3 膳食与营养素缺乏病 158
- 任务1 认识蛋白质?能量营养不良 158
- 任务2 认识维生素缺乏症 160
- 任务3 认识矿物质缺乏症 171
- 子情境4 营养咨询与教育 181
- 任务1 了解营养咨询与教育 181
- 任务2 食品选购指导 188
- 任务3 平衡膳食测评 190
- 任务4 膳食纤维摄入量的评估 193
- 任务5 健康生活方式的测评 195
- 任务6 体力活动水平测评 199
- 任务7 体重控制的营养教育 204
- 任务8 科普文章的编写 206
- 复习思考题 213
- 附录 215
- 附录1 能量和蛋白质的RNI及脂肪供能比 215
- 附录2 常量和微量元素的RNI或AI 216

<<食品营养与配餐>>

- 附录3脂溶性和水溶性维生素的RNIs或AIs217
- 附录4中国居民体重代表值217
- 附录5维生素和矿物质使用量218
- 附录6营养声称的使用准则219
- 附录75 ~ 8岁女孩、男孩的年龄体重、身高表220
- 参考文献228

<<食品营养与配餐>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>