

<<食品营养学>>

图书基本信息

书名：<<食品营养学>>

13位ISBN编号：9787304014735

10位ISBN编号：7304014733

出版时间：1998-5

出版时间：中央广播电视大学出版社

作者：周先楷 编

页数：275

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>

## <<食品营养学>>

### 内容概要

全书分为三篇，共十章，后附实验内容。  
每章中均列出内容概要、教学要求与本章小结，并列有预习思考题、复习题和自我检查题。  
供学生学习与自测。  
本书附录中列出了1997年4月中国营养学会公布的“中国居民膳食指南”、《保健(功能)食品通用标准GB 16740--1997》(摘录)、中国营养学会于1988年10月修订的“推荐的每日膳食中营养素供给量”以及1991年人民卫生出版社出版的《食物成分表(全国代表值)》节选，以便学生查阅。

<<食品营养学>>

书籍目录

绪论

第一篇 营养素与热能

第一章 蛋白质

内容概要

教学要求

预习思考题与关键词

第一节 蛋白质的组成与生理功能

第二节 氨基酸

第三节 蛋白质的消化与吸收

第四节 食物蛋白质营养价值的评价

第五节 限制氨基酸及蛋白质的互补作用

第六节 蛋白质的需要量及供给量

本章小结

复习题

自我检查题

第二章 脂类

内容概要

教学要求

预习思考题与关键词

第一节 脂类的组成及其特征

第二节 脂类的消化与吸收

第三节 脂类的生理功能

第四节 必需脂肪酸

第五节 脂类的供给量与食物来源

本章小结

复习题

自我检查题

第三章 碳水化合物

内容概要

.....

第二篇 合理营养与不同人群的营养需要

第三篇 食物的营养价值与新食品开发

参考书目

## 章节摘录

版权页：插图：自然界中的各种食品并非专门为了养育人类而产生，因此各种食品在营养上均有其缺陷；食物在加工处理之后也总会产生某种程度的营养素损失。

人们通过食品强化，可以把一些天然食物与另一些天然食物或人工合成营养素恰当地配合，为人类提供最佳的营养平衡。

这种能力使人类摆脱完全依赖天然食品获取营养素的状况，能够自己调剂食品的营养素含量，从而更好地养活自己。

有些人认为，即使不进行营养强化，仅仅通过教育，使人们自觉食用恰当的平衡膳食就可以使人达到良好的营养状态。

这种观点在理论上并无错误，但在实践中并非很容易达到。

在许多发展中国家，由于人口众多，资源匮乏，使得食物供应难以达到良好的营养平衡状态；即使在发达国家，也总有人因宗教信仰、口味习惯、营养知识有限或是时间的原因得不到均衡的营养素。

尤其是在现代社会中，人们的体力活动量不断下降，为保持适当的体重，食物摄入量必然降低，影响了营养素的供应，提高食物的营养素密度就显得更为重要。

与完全用天然食品来满足营养需要相比，营养强化的方式在经济上具有极大的优势。

由于适当的营养强化，人们可以用较少量的食品更好地满足身体的营养需求，从而可以减少对食品的总需求量，减轻对耕地资源和环境的压力，减轻仓储和运输负担。

<<食品营养学>>

编辑推荐

《食品营养学》由中央广播电视大学出版社出版。

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>