

STUDIJU KURSA APRAKSTS

Kurss	Pārtikas produktu uzturvērtība
Kredītpunkti	1 kp
ECTS kredītpunkti	1,5
Stundu skaits	40
Teorija	10
Semināri un praktiskie darbi	10
Laboratorijas darbi	-
Patstāvīgie darbi	20
Priekšzināšanas	Pārtikas ķīmija

Kursa autori:

Jeļena Pīsarjonoka, profesionālā augstākā izglītība

Kursa anotācija

Studiju kursu sastāda 10 lekcijas un 10 praktiskie darbi par pārtikas produktu enerģētiskās vērtības aprēķinu. Kursa mērķis ir sniegt studentiem zināšanas un izpratni par pārtikas produktu sastāvu (ūdens, pelnu, olbaltumvielu, šķiedrvielu, minerālvielu, vitamīnu, tauku un fenola savienojumu), par pārtikas produktu enerģētiskās vērtības un uzturvērtības aprēķināšanas un noteikšanas iespējām.

Studiju rezultāti

Prasmes

Studiju kursa apguves rezultātā studenti spēs:

- aprēķināt pārtikas produktu kopējo uzturvērtību un enerģētisko vērtību noteicošajām sastāvdaļām.

Zināšanas

Studiju kursa apguves rezultātā studenti:

- zinās par pārtikas produktu kopējo uzturvērtību;

- zinās par uzturvielām, kuras piegādā un kuras nepiegādā enerģiju.

Izpratne

Studiju kursa apguves rezultātā studenti:

- izpratīs pārtikas produktu sastāvu, to enerģētiskās vērtības un uzturvērtības aprēķināšanas un noteikšanas nepieciešamību.

Prasības kredītpunktu iegūšanai

Semināru un praktisko darbu apmeklējums ir obligāts, 3 starppārbaudījumi (20%), praktiskie darbi (30 %), patstāvīgie darbi - uzdevumi (20%), eksāmens (30%).

Kursa plāns

Nr.p.k.	Tēmas	Paredzētais apjoms stundās
1.	Ievads	3
2.	Pārtikas produkti un to raksturojums	8
3.	Uzturvielas – enerģijas avots	13
4.	Pārtikas produktu vispārīgo raksturlielumu un enerģētiskās vērtības aprēķināšana	16

Literatūra (mācību)

1. Pārkers S. Cilvēka ķermenis. Rīga: Zvaigzne ABC, 2009 - 256 lpp.
2. Kulakova M. Skaitīsim kalorijas, uzturvielas, minerālvielas. Rīga: Zvaigzne ABC, 2018 – 48 lpp.
3. Rozenburgs V. Uztura mācība. Kandava: Kandavas lauksaimniecības tehnikums, 2011.
4. Zariņš, Zigurds. Neimane, Lolita. Uztura mācība. 5., pārstrād. un papild. izd. Rīga : LU Akadēmiskais apgāds, 2009 – 464 lpp.

Papildliteratūra:

1. Jākobsone I. Pārtikas produktu uzturvērtības noteikšana. Mācību metodiskais materiāls starpaugstskolu "Uzturzinātnes" programmai. LU Akadēmiskais apgāds, 2008 - 151 lpp.

Elektroniskie informācijas avoti

1. www.likumi.lv
2. Regula Nr. 1169/2011 par pārtikas produktu informācijas sniegšanu patērētājiem <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/LV/TXT/?uri=celex%3A32011R1169>
3. Pārtikas centrs datu bāze: <http://www.partikasdb.lv/partikas-sastavadatubaze/>
4. <https://nutritiondata.self.com/>