

<<食品营养与卫生>>

图书基本信息

书名：<<食品营养与卫生>>

13位ISBN编号：9787030263711

10位ISBN编号：7030263715

出版时间：1970-1

出版时间：科学出版社

作者：苏新国 编

页数：244

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>

## &lt;&lt;食品营养与卫生&gt;&gt;

## 前言

为认真贯彻落实教育部《关于全面提高高等职业教育教学质量的若干意见》中提出“加大课程建设与改革的力度，增强学生的职业能力”的要求，适应我国职业教育课程改革的趋势，我们根据食品行业各技术领域和职业岗位（群）的任职要求，以“工学结合”为切入点，以真实生产任务或/和工作过程为导向，以相关职业资格标准基本工作要求为依据，重新构建了职业技术/技能和职业素质基础知识培养两个课程系统。

在不断总结近年来课程建设与改革经验的基础上，组织开发、编写了高等职业教育食品类专业教材系列，以满足各院校食品类专业建设和相关课程改革的需要，提高课程教学质量。

本书是食品营养与卫生学习领域系列课程教材之一，其参照《国家职业资格标准——公共营养师（试行）》基本工作要求，结合《中国公民健康素养——基本知识与技能（试行）》要点而编写的，旨在介绍食品营养与健康的基本知识与技能。

能较好地把“公共营养师（三级、四级）”的主要工作内容与食品加工生产、销售、餐饮和服务等职业岗位要求有机结合，突出科学性和职业性；把膳食指导的相关知识和技能与公民健康素养教育紧密联系在一起，注重教材的实用性和科普性。

课程内容由基础知识、应用能力和技能实训三个模块组成。

基础知识模块包括绪言、营养基础知识、食物的营养与安全，应用能力模块包括中国居民膳食指南、膳食指导与食谱编制、人体健康基本素养，职业技能实训模块包括膳食调查和评价、人体营养状况测定和评价、膳食指导和评估、食品营养评估、营养咨询和教育、社区营养管理和干预等方面的项目。各学校可根据教学实际需要，灵活选用教学内容及实训项目，部分章节亦可作为选修内容。

全书由王尔茂担任总主编，广东食品药品职业学院苏新国担任主编，广东食品药品职业学院阮志燕、漯河职业技术学院浮吟梅、漯河医学高等专科学校石晓担任副主编，参编人员还有：山西轻工职业技术学院赵奇志，连云港师范高等专科学校张广杰，广东食品药品职业学院张培丽，太原市江南餐饮集团有限公司许清芬、赵守祥。

本书由太原市江南餐饮集团有限公司副总裁杨章平和深圳市百家味食品有限公司董事长唐周城、香格里拉饭店管理集团区域食品安全经理陆绮担任主审，全书经教育部高职高专食品类专业教学指导委员会组织审定。

在编写过程中，得到中国轻工职业技能鉴定指导中心、广州市天河区科学技术局的悉心指导；科学出版社的大力支持，同时还得到广州市天河区科普项目“食品·健康（食品营养与安全）科普园建设”（穗天科[2008]7）的资助，谨此表示感谢。

本书是山西省高等职业教育教学研究与实践项目“食品类专业教材开发研究与实践”（晋教高[2007]19号）的成果之一。

由于编者水平有限，书中的错误和不足之处敬请读者批评指正。

## <<食品营养与卫生>>

### 内容概要

《食品营养与卫生食品营养与健康》是在参照《国家职业资格标准——公共营养师（试行）》的基本工作要求，结合《中国公民健康素养——基本知识与技能（试行）》的要点的基础上而编写的，旨在体现公共营养师职业能力的培养和基本健康素养的养成。

主要内容包括营养基础知识、食物的营养与安全、中国居民膳食指南、膳食指导与食谱编制、人体健康基本素养等。

实训项目的选择，涉及膳食调查和评价、人体营养状况测定和评价、膳食指导和评估、营养咨询和教育、食品营养评估、社区营养管理和干预等公共营养师主要职业功能中的基本工作内容。

《食品营养与卫生食品营养与健康》经教育部高等学校高职高专食品类专业教学指导委员会审定通过，可作为高职高专食品类专业、餐饮管理与服务类专业及相关专业的教材，也可用作其他专业的教学参考书或职工培训教材，还可作为公众的生活科普读物。

## &lt;&lt;食品营养与卫生&gt;&gt;

## 书籍目录

第1章 绪言1.1 中国居民营养与健康现状1.2 公共营养师职业资格简介复习思考题第2章 营养学基础2.1 膳食营养素参考摄入量(DRIs)2.2 能量2.3 蛋白质与氨基酸2.4 脂类2.5 碳水化合物2.6 矿物质2.7 维生素2.8 水、膳食纤维和植物化学物质2.9 食物的消化吸收2.10 不同人群的生理特点与营养实训儿童、成人的体格测量复习思考题第3章 食物的营养与安全3.1 食品营养评价与食物成分表3.2 食品安全知识3.3 植物性食物的营养与安全3.4 动物性食物的营养与安全3.5 其他食品的营养与安全3.6 食品营养强化3.7 保健食品实训产品营养标签的制作复习思考题第4章 中国居民膳食指南4.1 营养改善与膳食结构4.2 一般人群膳食指南4.3 特定人群膳食指南4.4 中国居民平衡膳食宝塔实训4.1 膳食调查实训4.2 膳食调查结果的计算与评价复习思考题第5章 膳食指导与食谱编制5.1 营养配餐概论5.2 营养食谱编制5.3 食谱营养评价和调整5.4 食物的合理烹调实训5.1 大学生一日食谱设计实训5.2 职工食堂一周食谱编制和评价复习思考题第6章 人体健康基本素养6.1 健康基本知识和理念6.2 健康生活方式与行为6.3 营养缺乏与失衡6.4 慢性疾病预防与膳食营养实训6.1 健康基本技能实训6.2 普通人群运动方案设计和运动能量消耗指导实训6.3 常见营养不良症状的判断与评价复习思考题附录中国居民膳食营养师参考摄入量表(DRIs)主要参考文献

章节摘录

版权页：插图：2.胃内消化和吸收食物入胃后暂时储存，在此期间受到胃液的化学性消化和胃壁肌肉的机械性消化。

胃壁的蠕动可使食物与胃液充分混合成为食糜。

胃液是胃腺各种细胞分泌的混合物，主要含胃蛋白酶原、盐酸（胃酸）和黏液三种成分。

成年人每天可分泌1.5~2.5L胃液。

胃蛋白酶原经胃酸作用后活化成胃蛋白酶，可将各种水溶性蛋白质分解为蛋白胨。

胃酸还可将随食物进入胃内的细菌杀死，并进入小肠后刺激胰液、胆汁和小肠液的分泌。

胃黏液有润滑作用，可减少食物对胃黏膜的摩擦损伤，能防止胃酸和胃酶对胃黏膜的腐蚀作用，故对胃具有保护作用。

食糜自胃进入小肠的过程称为胃的排空。

胃的排空时间因食物形态、性质和胃蠕动情况而异。

一般流体比固体快，碳水化合物排空较快、蛋白质较慢、脂肪最慢，因此人们吃脂含量高的食物不易饥饿就是这个缘故。

一般混合食物的排空时间约为4~5h。

胃的吸收功能很弱，只能吸收少量的水和乙醇。

<<食品营养与卫生>>

编辑推荐

<<食品营养与卫生>>

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>