



**Государственное автономное образовательное учреждение
высшего профессионального образования города Москвы
«МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
ИНДУСТРИИ ТУРИЗМА
ИМЕНИ Ю.А.СЕНКЕВИЧА (ГАОУ ВПО МГИИТ имени Ю.А.
Сенкевича)**

Кронштадтский б-р, д. 43А, Москва, Россия, 125499, тел.: (495) 454-92-92, 454-74-58; факс:
(495)454-31-66

E-mail: box@mgii.ru, <http://www.mgii.ru>

Кафедра «Ресторанный сервис»

«ОСНОВЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

Методические указания и контрольные задания
для студентов заочной формы обучения
по специальности

100103.65 «Социально-культурный сервис и туризм» специализации
«Ресторанный сервис»

Москва 2012

Методические указания и контрольные задания
составлены в соответствии с учебной программой

по дисциплине «Основы рационального питания»
по специальности

101103.65 «Социально-культурный сервис и туризм»

Разработала: к.м.н., доцент Малыгина Виктория Федоровна

«_____» _____ 2012 г.

дата

подпись

I ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1. Цели и задачи дисциплины.

Целью дисциплины является ознакомление студентов с основами рационального, диетического и лечебно-профилактического питания, используя знания, полученные при изучении курса «Физиология питания».

Задачами дисциплины являются:

- научить студентов пользоваться регламентированными документами для составления рационального питания различных возрастных и профессиональных групп в соответствии с «Нормами потребностей в пищевых веществах и калориях» данных групп, с учетом сбалансированности питания и режима питания;
- дать студентам основы диетического и лечебно-профилактического питания;
- ознакомление студентов с современными представлениями в области рационального питания.

2. Место дисциплины в профессиональной подготовке.

Знание «Основ рационального питания» позволит специалистам этого профиля наиболее успешно и на современном уровне решать вопросы организации питания гостей и туристов.

3. Требования к уровню освоения содержания дисциплины.

В результате освоения дисциплины студент должен:

Знать:

- как пользоваться регламентированной литературой;
- как правильно составить меню рационального питания;
- как рассчитать энергетическую и биологическую ценность;

Уметь:

- применять знания по этой дисциплине на практике.

В основе дисциплины – чтение лекций и проведение практических занятий.