

Код та назва дисципліни	2у-12 -53 Сучасні тренди здорового харчування
Рекомендується для галузі знань (спеціальності, освітньої програми)	Для усіх галузей знань, спеціальностей та освітніх програм
Кафедра	Кафедра харчових технологій
П.І.П. НПП (за можливості)	доцент Кондратюк Наталія Вячеславівна
Рівень ВО	другий (магістерський)
КУРС, семестр (в якому буде викладатись) ³	«Курс: будь-який», «Семестр: будь-який»
Мова викладання	українська
Пререквізити ⁴ (передумови вивчення дисципліни)	Немає
Що буде вивчатися	Теоретичні основи гастрономії. Імперативний характер гастрономічних практик в Україні та у світі туризму. Психофізіологічні та біологічні фактори харчування. Проблеми харчування у соціумі. «Піраміди здорового харчування» та «Гарвардська тарілка». Принципи моделювання харчових раціонів. Суперфуди. Сучасні продукти здорового харчування. Географія смаку. Кетогенна дієта. «Здорові» сніки та десерти. Пробиотики. Наукові основи здорового харчування: психологія їжі, гастрофізика та анатомія смаку, хімія смаку та аромату, нейробіологія апетиту. Принципи поєднання кольору та смаку у технологіях «здорових» страв. Основи моделювання рецептур та інжинірингу технологій у сфері спортивного, дитячого, дієтичного, геродієтичного харчування та в індустрії дієтичних добавок. Інновації у харчових технологіях, як основа ребрендингу, дизайну та бізнесу.
Чому це цікаво/треба вивчати	Бути здоровою людиною – це мистецтво, а вміння користуватися шаленим потоком інформації з приводу трендів здорового харчування – Вершина цього мистецтва. Навчитися бути творцем власного здоров'я та гарного самопочуття і настрою – це головна задача сучасної людини з високим інтелектом. І як це зробити за допомогою основ, ідей та інновацій у харчуванні, можна дізнатися лише від професіоналів-практиків під час опанування цієї дисципліни.
Чому можна навчитися (результати навчання)	Ви зможете навчитися досконало розуміти їжу (її склад, функції, властивості); гармонійно і правильно поєднувати продукти, смаки та підбирати колористику страв для підвищення апетиту; моделювати і створювати страви здорового харчування; робити правильний вибір продуктів для оздоровлення; формувати ідеї для бізнесу у сфері харчування.
Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентність)	Реалізація знань на практиці дозволить активізувати усі метаболічні процеси в організмі, стане на шляху відновлення роботи органів та систем організму, зменшить ризик від стресів та перевтоми, загальмує старіння. Отримані знання дозволять правильно збагачувати звичайні страви раціонів на корисні компоненти, а також створювати суперстрави здорового раціону для себе і оточуючих.
Інформаційне забезпечення	1. Безпека продовольчої сировини і продуктів харчування [Електронний ресурс] : науково-допоміжний бібліографічний покажчик / упоряд. О. В. Олабоді. Київ : НУХТ, 2018. 96 с. 2. Мелега К.П. Сучасні технології здоров'я збереження : навч. посіб. Ужгород : Вид-во УжНУ «Говерла», 2018. 200 с. 3. ЗАКОН УКРАЇНИ Про якість та безпеку харчових продуктів і продовольчої сировини
Види навчальних занять (лекції, практичні, семінарські, лабораторні заняття тощо)	лекції, лабораторні заняття
Вид семестрового контролю	диференційований залік
Максимальна кількість здобувачів	Лекції – необмежена (враховано очно-дистанційну форму навчання) Лабораторні заняття – не більше 10 осіб для виконання лабораторних робіт у спеціалізованій лабораторії хімічного факультету
Мінімальна кількість здобувачів (для мовних та творчих дисциплін)	-