

<<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：9787040117264

10位ISBN编号：7040117266

出版时间：2002-12

出版时间：高等教育出版社

作者：王尔茂 编

页数：168

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>

## <<食品营养与卫生>>

### 前言

本书是中等职业教育食品生物工艺专业国家规划教材。

根据教育部2001年颁布的“中等职业学校食品生物工艺专业课程设置”及食品营养与卫生教学基本要求，按照中职《食品生物工艺专业整体教学改革方案》的思路，全国食品生物工艺专业教学指导委员会2000年3月武汉会议和2001年7月都江堰会议决定，本书由山西省轻工业学校、北京市农业职业学院、内蒙古轻工业学校的老师共同编写完成。

本书由全国中等职业教育教材审定委员会审定，哈尔滨商业大学杨铭铎教授担任责任主审，杨铭铎教授和宁夏永康生物科学研究院白杰院长审阅了此稿，在此表示衷心感谢。

本书由王尔茂任主编。

全书编写分工如下：绪论、第一章、第二章、第四章、第五章第1、2节由王尔茂编写，第二章第1节由侯建平编写，第三章由赵奇志编写，第5章第3、4、5节由王丽琼编写。

## <<食品营养与卫生>>

### 内容概要

《中等职业教育国家规划教材·食品营养与卫生（食品生物工艺专业）》为中等职业教育食品生物工艺专业国家规划教材，是依据教育部2001年颁布的《中等职业学校食品生物工艺专业课程设置》及《食品营养与卫生教学基本要求》编写。

《食品营养与卫生（食品生物工艺专业）》主要介绍在食品加工生产和日常生活中所涉及的营养问题与食品安全卫生问题，包括人体需要的能量和营养素，食品的营养价值与科学的食品加工、合理营养与膳食指南，食品污染与食源性疾病，食品卫生管理，各类食品的安全卫生。

## &lt;&lt;食品营养与卫生&gt;&gt;

## 书籍目录

绪论一、食品营养与卫生研究的内容二、食品营养卫生与食品加工三、食品营养卫生与人的健康四、我国营养与食品安全卫生工作面临的任务第一章 人体需要的能量和营养素第一节 营养与能量一、食品营养的基本概念二、中国居民膳食营养素参考摄入量(DRIS)三、能量的基本概念四、影响人体能量需求的因素五、能量的食物来源及推荐摄入量第二节 糖类和膳食纤维一、糖类的功能二、重要的糖类三、膳食纤维四、糖类在加工中的变化五、糖类的摄入量和食物来源第三节 脂质一、脂质的功能二、脂质的分类与组成三、脂肪的营养价值四、脂肪在食品加工中的变化五、脂肪的摄入量和食物来源第四节 蛋白质与氨基酸一、蛋白质与氨基酸的功能二、蛋白质与氨基酸的分类三、人体对蛋白质和氨基酸的需求四、食物蛋白质的营养价值五、蛋白质和氨基酸在加工中的变化六、蛋白质的摄入量和食物来源第五节 维生素一、概述二、脂溶性维生素三、水溶性维生素四、维生素在食品加工中的变化第六节 矿物质和微量元素一、概述二、食品加工对矿物质含量的影响三、重要的矿物质四、重要的微量元素第七节 水和其他非营养素成分一、水二、其他非营养素成分第八节 人体对食物的消化吸收一、人体的消化系统二、食物的消化三、营养素的吸收第二章 食品的营养价值与科学的食品加工第一节 各类食品的营养价值一、食品的营养价值与分类二、谷类及薯类的营养价值三、动物性食品的营养价值四、豆类及硬果类的营养价值五、蔬菜、水果的营养价值六、其他食品的营养价值第二节 食品营养强化一、食品营养强化的意义二、食品营养强化的要求三、食品营养强化剂四、食品营养强化的方法五、营养强化食品的种类第三节 科学的食品加工与保健(功能)食品一、高新技术在食品工业中的应用二、新资源食品的开发三、保健(功能)食品第四节 无公害农产品、绿色食品、有机食品一、无公害农产品二、绿色食品三、有机食品第三章 合理营养与膳食指南第一节 合理营养与我国的膳食结构一、食品营养与人体健康二、合理营养与平衡膳食三、我国居民膳食结构的现状与调整第二节 我国居民膳食指南与平衡膳食宝塔一、中国居民膳食指南二、特定人群的膳食指南三、平衡膳食宝塔及说明四、平衡膳食宝塔的应用五、食物的合理烹调第四章 食品污染与食源性疾病第一节 食品卫生与安全性一、食品卫生与安全性的概念二、环境污染三、食品污染四、食源性疾病第二节 食品的生物性污染一、食品的细菌污染二、病毒对食品的污染三、真菌和真菌毒素对食品的污染四、寄生虫污染五、昆虫、螨类和有害动物的污染第三节 食品的化学性污染一、重金属污染二、农药、化肥、化控技术使用所造成的食品安全问题三、兽(渔)药残留和饲料添加剂对食品的污染四、亚硝酸盐和N-亚硝基化合物对食品的污染五、其他化学污染物第四节 食品的放射性污染和物理性危害一、放射性物质污染二、食品的物理性危害第五节 人畜共患传染病与寄生虫病一、常见的人畜共患传染病二、常见的人畜共患寄生虫病第六节 食品中存在的天然毒素一、植物性食物中的毒素二、动物毒素三、食物过敏与食物耐受不良四、食物中毒的技术处理原则第七节 食品添加剂卫生一、食品添加剂的种类二、食品添加剂的管理与使用原则三、食品添加剂使用的卫生问题第八节 食品容器、包装材料、工具及设备卫生一、常用塑料及其制品的安全卫生二、食品用橡胶制品的安全卫生三、金属材料及其制品的安全卫生四、陶瓷和搪瓷制品的安全卫生五、纸和纸板包装材料的安全卫生第五章 食品卫生管理第一节 食品卫生法与食品安全卫生监督管理一、食品安全卫生的法制管理二、食品安全卫生与质量监督管理第二节 食品标准与食品质量管理一、食品标准二、食品质量管理与IS( )9000(GB / T19000)三、食品质量管理与GMP四、卫生标准操作程序(SSOP)五、食品质量管理与HACCP六、食品企业与产品质量认证制度七、安全食品的条件第三节 食品的良好生产规范(咄)一、概述二、GMP的主要内容第四节 食品生产的危害分析与关键控制点(HACCP)系统一、HACCP的产生与发展二、HACCP的基本原理三、HACCP计划的实施过程及要求四、HACCP计划的完成五、HACCP计划第五节 各类食品的安全与卫生一、粮油制品二、果蔬及其制品三、肉、蛋、乳及其制品四、水产品五、焙烤食品与方便休闲食品六、罐头食品七、饮料与冷食八、饮料酒类九、调味品十、辐照食品、保健食品与转基因食品十一、饮水与食品生产用水附录一 中华人民共和国食品卫生法附录二 中国居民膳食营养素参考摄入量(DRIS)主要参考文献

## &lt;&lt;食品营养与卫生&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：3.乳糖乳糖存在于动物乳汁中，人乳中含乳糖约为7%，牛乳中含量约为5%，乳糖是婴儿主要食用的糖类。

乳糖较难溶于水，在消化道中吸收较慢，有利于保持肠道中最合适的肠菌丛数，并能促进钙的吸收。故对婴儿有重要的营养意义。

（二）淀粉淀粉是谷类和薯类食物中糖类的主要存在形式，它是由单一的葡萄糖所组成的多糖。

淀粉在消化道经过消化分解，最终变为葡萄糖供人体吸收利用。

淀粉是我国居民膳食的重要组成部分，也是食品工业的主要原料。

（三）寡糖寡糖又称低聚糖。

功能性低聚糖如低聚半乳糖、低聚乳糖、乳酮糖、低聚麦芽糖、低聚果糖、低聚木糖、大豆低聚糖、低聚壳聚糖等具有重要的生理功能。

它们均难于消化，热值低，不易形成龋齿；能促进肠道双歧杆菌生长繁殖，抑制腐败菌，具有整肠功能；改善食物中钙的吸收；可降低血脂，有利于防止心脑血管疾病。

功能性低聚糖已被广泛用于各种食品生产中，在食品加工中可代替或部分代替甜味料。

（四）真菌多糖真菌多糖分结构多糖和活性多糖，如虫草多糖、灵芝多糖、香菇多糖等。

真菌多糖具有免疫调节功能，降血脂、降血糖作用，延缓衰老、抗肿瘤等功能。

目前，真菌多糖在保健食品中应用较多。

（五）糖醇糖醇是一种多元醇，可由相应的单糖还原生成。

作为新甜味剂，是糖尿病患者的理想甜味剂，如山梨醇、木糖醇、甘露醇等。

有些糖醇如麦芽糖醇、异麦芽酮糖醇和赤藓醇等还具有一定的生理功能，如低热量性、防肥胖、预防龋齿等，可作为保健食品中的理想甜味剂。

三、膳食纤维膳食纤维是植物性食物中含有的不能被人体消化酶分解利用的多糖。

这类多糖多是植物细胞壁间质组成成分，也可称之为非淀粉多糖。

膳食纤维包括纤维素、半纤维素、果胶及亲水胶体物质如树胶及海藻多糖，还包括抗性淀粉、抗性低聚糖、氨基多糖等物质。

膳食纤维虽不能被人体消化吸收，但却为人体健康所必需，是平衡膳食结构的必需成分。

（一）膳食纤维的生理作用膳食纤维在人体内不但能刺激肠道蠕动，减少慢性便秘，而且对心血管疾病、糖尿病、结肠癌等有一定预防作用。

膳食纤维可缩短食物在胃内的排空时间，促进消化液的分泌，有利于营养物质的消化吸收；可缩短肠内容物通过肠道的时间，降低结肠压力，减少有害物质与肠壁接触的时间；能增强结肠的渗透作用，稀释胃肠内容物中有害物质的浓度。

膳食纤维由于是胶态，可延缓或阻碍食物中脂肪和葡萄糖的吸收，降低脂和血糖水平。

改善耐糖量，减少糖尿病患者对胰岛素的依赖作用。

它可降低血液中胆固醇浓度，促进胆固醇在肝脏代谢分解后与胆盐结合排泄出体外，对预防心血管疾病有一定作用。

## <<食品营养与卫生>>

### 编辑推荐

《食品营养与卫生(食品生物工艺专业)》由全国中等职业教育教材审定委员会审定。

<<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>