

<<营养配膳技能训练>>

图书基本信息

书名：<<营养配膳技能训练>>

13位ISBN编号：9787111334903

10位ISBN编号：7111334906

出版时间：2011-3

出版时间：机械工业出版社

作者：张首玉 编

页数：263

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>

<<营养配膳技能训练>>

内容概要

本书参照营养配餐员和公共营养师的国家职业标准和要求,结合营养配膳的特殊性和各种不同人群的营养需求和配膳特点,以人群营养配膳为主线,将各种人群的配膳要求和营养菜点设计制作进行归纳和提炼,按营养配餐职业岗位工作过程设置章节,分为营养菜点设计与制作、不同年龄人群营养配膳设计与制作、特殊疾病人群营养配膳设计与制作、特殊工作环境下人群营养配膳设计与制作、四季的营养配膳设计与制作、中式筵席的营养配膳设计原则与方法等章节。全书内容丰富,条理清楚,科学性、知识性、实用性较强,其中营养菜点分析都选择餐饮企业中流行菜式进行营养成分分析和点评,因此对餐饮企业营养标签工作的推广具有一定积极意义。

本书可作为高职高专院校烹饪、食品、酒店管理等相关专业配套教材,也可作为公共营养师、营养配餐员培训的辅助教材,还可作为酒店在职营养配餐师、厨师和服务员提高技能和营养知识的参考书。

为方便教学,本书配备了电子课件等教学资源。

凡选用本书作为教材的教师均可登录机械工业出版社教材服务网www.cmpedu.com免费下载。如有问题请致信cmpgaozhi@sina.com,或致电010-88379375联系营销人员。

<<营养配膳技能训练>>

书籍目录

- 序
- 前言
- 第一章 营养菜点设计与制作
 - 第一节 营养菜点的设计原则与方法
 - 第二节 营养菜点的搭配宜忌
 - 第三节 补充营养素的营养菜点
 - 第四节 按不同体质设计药膳
- 第二章 不同年龄人群营养配膳设计与制作
 - 第一节 婴儿的营养配膳设计与制作
 - 第二节 1~3岁幼儿的营养配膳设计与制作
 - 第三节 4~6岁幼儿的营养配膳设计与制作
 - 第四节 中小学生的营养配膳设计与制作
 - 第五节 孕妇、产妇、乳母的营养配膳设计与制作
 - 第六节 中青年成人的营养配膳设计与制作
 - 第七节 老年人的营养配膳设计与制作
- 第三章 特殊疾病人群营养配膳设计与制作
 - 第一节 心血管疾病人群的营养配膳设计与制作
 - 第二节 代谢性疾病人群的营养配膳设计与制作
 - 第三节 医院膳食的营养配膳设计与制作
- 第四章 特殊工作环境下人群营养配膳设计与制作
 - 第一节 脑力劳动者的营养配膳设计与制作
 - 第二节 体力劳动者的营养配膳设计与制作
- 第五章 四季的营养配膳设计与制作
 - 第一节 四季的营养配膳设计原则
 - 第二节 春季的营养配膳设计与制作
 - 第三节 夏季的营养配膳设计与制作
 - 第四节 秋季的营养配膳设计与制作
 - 第五节 冬季的营养配膳设计与制作
- 第六章 中式筵席的营养配膳设计原则与方法
 - 第一节 筵席基本知识
 - 第二节 传统筵席的评析与改革
 - 第三节 营养筵席设计
 - 第四节 营养筵席设计举例
- 思考与练习
- 参考文献

<<营养配膳技能训练>>

章节摘录

版权页：插图：营养菜点在设计时要遵循以下原则：掌握主要烹饪原料的营养价值特点，重视富含营养素或具有特殊营养价值和生物活性功能的原料的选择；分析目标人群的身体特点和营养需求、经济状况，根据就餐者需要选择合适原料并合理搭配，菜点原料搭配多样化；烹调方法以最大限度保留营养素为度。

根据目标人群的饮食习惯、口味，选择适宜的原料，在口味、色泽、烹调方法上合理设计营养菜点，可采用以下方法。

一、原料合理搭配（一）注意荤素原料搭配通常把鱼、虾、禽、肉、蛋等动物性食物加工成的菜肴称为荤菜，而新鲜蔬菜、豆腐、菌类、藻类等植物性菜肴则为素菜。

荤素搭配使菜肴既不会过于油腻也不会过于清淡，使人食欲增加。

荤素搭配得当，则可以做到酸碱平衡，且可以做到蛋白质互补，可提高食物蛋白质的利用率。

1.维生素 and 无机盐起到互补作用肉类中含有优质蛋白质，脂肪含量较丰富，并富含脂溶性维生素，而蔬菜则富含水溶性维生素、无机盐等。

青菜与肉类搭配食用，肉类中的蛋白质有助于蔬菜中无机盐的吸收利用。

这两种食物搭配，从营养上可以取长补短、相互补充；在口味上，肉类过于油腻，青菜又过于清淡，这样搭配浓淡适中、清爽可口。

<<营养配膳技能训练>>

编辑推荐

《营养配膳技能训练》：河南职业技术学院·国家示范性高职院校建设项目成果

<<营养配膳技能训练>>

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>