

<<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：9787501988303

10位ISBN编号：7501988307

出版时间：2013-1

出版时间：中国轻工业出版社

作者：付丽 编

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>>

### 内容概要

《全国农业高职院校"十二五"规划教材:食品营养与卫生》由七个项目组成,每个项目是由知识目标、技能目标、必备知识、拓展知识、项目小结及项目实施等内容构成。

《全国农业高职院校"十二五"规划教材:食品营养与卫生》以项目形式表现教学内容,经实训驱动引入项目学习目标,以实施工作过程为核心,将项目涉及的基本理论、基本技能作为必备知识阐述,并以拓展知识的形式充实本项目的相关知识;融合了食品分析与检验、食品化学、食品添加剂、食品质量与安全等相关内容,更加突出了针对性、实用性、新颖性;而且课程内容与后续专业课程能够有机衔接,呈现出本教材在食品类专业上的综合性与平台化的特点。

## &lt;&lt;食品营养与卫生&gt;&gt;

## 书籍目录

绪论 一、食品营养与卫生的概念 二、食品营养与卫生学研究的内容及作用 三、食品营养学与卫生学的形成和发展 四、我国食品营养与卫生的现状 & 面临的形势与任务 项目一 食品营养组成与评价【知识目标】【技能目标】【必备知识】一、食品营养学基础 二、能量【拓展知识】一、第七大营养素——膳食纤维 二、食物中的天然活性成分【项目小结】【项目实施】实训一 食品中总氮的测定 实训二 食品中脂肪的测定 实训三 食品中还原糖的测定 实训四 食品中还原型抗坏血酸的测定 项目二 营养需求【知识目标】【技能目标】【必备知识】一、不同人群的营养需求 二、特殊人群的营养需求 三、特殊职业人群的营养需求【拓展知识】一、放射线、核技术工作人员的营养需求 二、其他有毒环境工作者的营养需求【项目小结】【项目实施】实训一 不同人群的营养需求——人群维生素A缺乏的判断与评价 实训二 特殊人群的营养需求——孕妇能量需要量的计算 项目三 合理营养与平衡膳食【知识目标】【技能目标】【必备知识】一、合理营养与平衡膳食 二、营养配餐 三、营养与疾病【拓展知识】一、药膳食疗的基本原则 二、药膳配制原则及注意事项 三、药膳种类【项目小结】【项目实施】实训一 居民膳食结构调查 实训二 糖尿病患者的食谱设计 实训三 食谱或膳食状况评价 项目四 食品污染及预防【知识目标】【技能目标】【必备知识】一、食品污染概述 二、食品的生物性污染及预防 三、食品的化学性污染及预防 四、食品的物理性污染及预防 五、食品加工过程中的卫生与管理【拓展知识】一、控制食品污染的条件与措施 二、食品污染事件案例 三、食品添加剂事件案例【项目小结】【项目实施】实训一 食品中农药 实训二 滥用添加剂食品的鉴别——酱油中山梨酸、苯甲酸的测定 项目五 食源性疾病与食物中毒【知识目标】【技能目标】【必备知识】一、食源性疾病与食物中毒概述 二、细菌性食物中毒 三、有毒动植物引起的食物中毒 四、真菌毒素和霉变食物中毒 五、有毒化学物质引起的食物中毒 六、食物中毒的处理【拓展知识】食物中毒案例【项目小结】【项目实施】实训一 食品中亚硝酸盐的测定 项目六 各类食品的营养与卫生【知识目标】【技能目标】【必备知识】一、谷类食品的营养与卫生 二、豆类及其制品的营养与卫生 三、蔬菜、水果的营养与卫生 四、肉及其制品的营养与卫生 五、乳及乳制品的营养与卫生 六、蛋类的营养与卫生 七、食用油脂及调味品的营养与卫生【拓展知识】一、新资源食品的营养与卫生 二、保健(功能)食品的营养与卫生【项目小结】【项目实施】实训一 乳新鲜度、乳掺伪掺杂及真假乳粉的快速检验 实训二 乳中抗生素残留的检测与分析(微生物法) 实训三 食用油脂中酸价、过氧化值测定 实训四 肉的新鲜度检验(pH测定法) 实训五 伪劣食品的鉴别检验 项目七 食品安全性评价【知识目标】【技能目标】【必备知识】一、食品安全性评价概述 二、食品安全性评价程序【拓展知识】一、食品安全现状及对策 二、食品安全标准的制定【项目小结】【项目实施】实训 茶多酚的毒理学安全性评价 附录一 常见食物营养成分 附录二 中国居民膳食营养素参考摄入量(DRb) 参考文献

## &lt;&lt;食品营养与卫生&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：1.老年人的生理特点（1）老年人的生理及代谢改变 在身体成分上，身体细胞数量下降，肌肉组织的重量减少而出现肌肉萎缩。

水分减少，影响体温调节，降低老年人对环境温度改变的适应能力。

骨组织矿物质和骨基质均减少，骨密度降低、骨强度下降易出现骨质疏松症。

基础代谢降低，老年人体内的去脂组织或代谢活性组织减少，脂肪组织相对增加。

合成代谢降低，分解代谢增高，合成与分解代谢失去平衡，引起细胞功能下降。

（2）器官功能改变 消化系统消化液和消化酶及胃酸分泌减少，使食物的消化吸收受影响，胃肠扩张和蠕动能力减弱，易发生便秘。

血管功能心律减慢，心脏搏出量减少，血管逐渐硬化，高血压患病率随年龄增加而升高。

脑、肾和肝脏功能及代谢能力均随年龄增加而有不同程度的功能下降。

（3）老年妇女的特殊性 老年妇女的特殊性在于绝经期的出现，绝经最明显的生理改变是卵巢的衰老和生殖系统的萎缩性改变。

卵巢功能、生殖功能及内分泌功能衰退和紊乱，包括雌、孕激素的合成分泌减少、垂体促性腺激素、促卵泡生成素和黄体生成素的分泌增加，导致潮热、出汗等血管舒张和收缩功能不稳定的症状。

2.老年人营养需要与膳食（1）能量对于老年的个体而言，生活模式和生活质量不同，对能量的需要有较强的差异。

如60岁的老年人，体力活动量并未减少，或退休后每日步行0.5~1h，其每日能量的平均消耗会大于7.94MJ，见附录二中附表2—1。

脂类占总能量的25%。

60岁以上的老年人，如果能够保持良好的心态，在医学认可的条件下进行适当的体力活动，或是能持之以恒地进行原已习惯的有氧运动，这对营养状况将是非常有益的，这可以说是“营”的一种。

老年人如果终日不出门，或是只是坐着看电视、书本，或是伏案工作，其每日能量的推荐值，就有可能高于需要。

也可以说，老年人的均衡营养，是与其生活模式分不开的，老年人参与其本人喜爱的，习惯采用的，或是身体能接受的运动项目，对健康极为有利。

（2）宏量营养素 蛋白质：由于体内细胞衰亡和体内各种代谢不可避免地蛋白质丢失，及随机体老化，体内分解代谢的加强，氮的负平衡就难以避免，加上蛋白质摄入量不足，器官蛋白质合成代谢与更新就受到更大的影响，从而影响功能。

而老年人可以因为种种原因，摄人的蛋白质的质与量比较难以达到要求，更加重了人体器官的衰老。

## <<食品营养与卫生>>

### 编辑推荐

《全国农业高职院校"十二五"规划教材:食品营养与卫生》可作为高职高专食品加工技术、食品营养与检测、食品贮运与营销、食品机械与管理、食品生物技术、农畜等产品加工及农产品质量检验等专业教材,也可作为高职高专生物技术类专业、餐饮管理与服务、烹饪工艺与营养等专业的教学用书,还可供食品生产经营企业的食品质量安全管理和技术人员参考。

<<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>