

《烹饪营养与卫生》

图书基本信息

书名：《烹饪营养与卫生》

13位ISBN编号：9787502635596

10位ISBN编号：7502635599

出版时间：2012-4

出版社：中国计量出版社

页数：169

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《烹饪营养与卫生》

内容概要

烹饪营养与卫生是烹饪类专业的重要基础课程，陈福玉、叶永铭、郝志阔主编的《烹饪营养与卫生》本着基础理论以“必需、够用”为度，充分体现了基础知识在烹饪中的应用。全书共分七章，内容包括：绪论、基础营养学总论、平衡膳食与合理烹调、特殊人群的营养与膳食、烹饪卫生学总论、各类烹饪原料的营养与卫生、餐饮卫生管理及安全控制等。本书结合餐饮行业食品卫生与安全工作的特点，重点介绍食品营养和食品卫生与安全的基础理论及其相关知识，强调实用性和可操作性。

《烹饪营养与卫生》可作为高职高专院校、本科院校开办的职业技术学院餐饮、烹饪及相关专业的教材，也可作为五年制高职、成人教育餐饮和烹饪以及相关专业的教材，同时，对从事烹饪和酒店管理工作人员也有重要的参考价值。

书籍目录

第一章 绪论

- 一、营养学的基本概念
- 二、营养学的形成和发展
- 三、国内外居民的营养现状
- 四、烹饪卫生与安全的概念
- 五、烹饪营养与卫生的研究内容
- 六、学习烹饪营养与卫生的重要性

复习思考题

第二章 基础营养学总论

第一节 消化与吸收

- 一、人体的消化系统
- 二、食物的消化
- 三、食物营养物质的吸收

第二节 宏量营养素

- 一、蛋白质
- 二、脂类
- 三、碳水化合物

第三节 能量

- 一、能量的单位
- 二、人体能量的来源
- 三、人体能量的消耗
- 四、能量的参考摄入量

第四节 微量营养素

- 一、维生素的特点
- 二、维生素分类
- 三、矿物质概述
- 四、重要的矿物质元素

第五节 水

- 一、水在人体的分布
- 二、水的生理功能
- 三、人体水的平衡
- 四、水的缺乏与过量
- 五、水的参考摄入量

复习思考题

第三章 平衡膳食与合理烹调

第一节 平衡膳食

- 一、平衡膳食的概念
- 二、膳食结构及类型
- 三、营养调查及营养评价
- 四、中国居民膳食指南与平衡膳食宝塔
- 五、我国居民每日膳食营养素参考摄入量

第二节 食谱编制

- 一、食谱概念
- 二、食谱编制的方法
- 三、食谱的科学评价

第三节 合理烹调

- 一、食物营养素损失的一般途径

- 二、常见烹调加工方法对营养的损害
- 三、营养素在烹饪加工中的变化
- 四、加工、烹调对各类食品营养价值的影响

复习思考题

第四章 特定人群的营养与膳食

第一节 特殊生理状况人群的营养与膳食

- 一、孕妇的营养与膳食
- 二、乳母的营养与膳食
- 三、婴儿的营养与膳食
- 四、幼儿期的营养与膳食
- 五、学龄前儿童的营养与膳食
- 六、青少年营养与膳食
- 七、老年人营养与膳食

.....

第五章 烹饪卫生学总论

第六章 各类烹饪的营养与卫生

第七章 餐饮卫生管理及安全控制

附录 中国居民膳食营养素参考摄入量 (DRIs) 表

参考文献

《烹饪营养与卫生》

编辑推荐

陈福玉、叶永铭、郝志阔主编的《烹饪营养与卫生》的编写以求精、求实、求易学的原则，参考了许多烹饪营养卫生学及相关学科的最新专著和文献，精选教学内容，并能充分地反映烹饪营养学及烹饪卫生学领域的最新研究成果，是一本很好的教科书。主要内容包括：绪论、基础营养学总论、平衡膳食与合理烹调、特定人群的营养与膳食、烹饪卫生学总论、各类烹饪原料的营养与卫生、餐饮卫生管理及安全控制。本书的讲授可在60~80个授课学时内调整，建议本课程在无机化学、有机化学、食品微生物学、生物化学等课程后开设。

精彩短评

1、学习用书，教材，就这样了。

《烹饪营养与卫生》

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：www.tushu111.com