


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

**УТВЕРЖДЕНО**

решением Ученого совета ИМЭиФК УлГУ  
от «18» мая 2022 г., протокол № 9/239



Председатель  (В.И. Мидленко)

«18» мая 2022 г.

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплина	Основы рационального питания
Факультет	Медицинский
Курс	2
Кафедра	Общественного здоровья и здравоохранения

Направление (специальность) **31.05.01 Лечебное дело (специалитет)**  
(код специальности (направления), полное наименование)

Квалификация (степень) **врач-лечебник**

Форма обучения: **очная**

Дата введения в учебный процесс УлГУ: «1» сентября 2022г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № 10 от 02.06.2023 г.

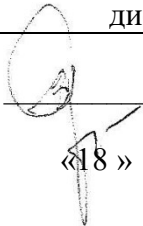
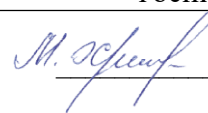
Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № 10 от 22.05.2024г.


Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Сведения о разработчиках:

ФИО	Кафедра	Должность, ученая степень, звание
Алабина Е.В.	Общественного здоровья и здравоохранения	Доцент, к.м.н.

СОГЛАСОВАНО	СОГЛАСОВАНО
Заведующий кафедрой ОЗЗ, реализующей дисциплину	Заведующий выпускающей кафедрой госпитальной терапии
 /Горбунов В.И./ «18» мая 2022 г.	 /Визе-Хрипунова М.А./ «18» мая 2022 г.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

--	--

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

**Цели освоения дисциплины:** гигиена питания - раздел гигиены, изучающий качество пищевых продуктов, их влияние на организм и разрабатывающий нормативы, требования и рекомендации по их изготовлению, хранению и применению, направленные на улучшение здоровья населения. Гигиена питания призвана разрабатывать научные основы и практические мероприятия по рациональной организации питания различных групп населения. Целью освоения дисциплины является изучение: критериев риска, вызванных употреблением пищевых продуктов, которые могут оказывать неблагоприятное воздействие на организм человека; теоретических основ науки о рациональном питании; гигиенической характеристики основных компонентов пищи и их значения для организма человека; современных тенденций в рационализации питания различных групп населения; возможных путей загрязнения продовольственного сырья и пищевых продуктов ксенобиотиками химического и биологического происхождения и влияние их на организм человека; алиментарно-зависимых заболеваний и их профилактика. Знание вопроса рационального питания человека необходимы врачу любой специальности.


**Задачи освоения дисциплины:** дать студентам современные знания об основных принципах организации рационального питания здорового и больного человека; научить выявлять причины, условия и факторы риска возникновения и распространения среди населения инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с пищевыми продуктами и осуществлять их профилактику; дать знания по оценке количественной и качественной стороны питания и определению потребности в пищевых веществах; научить принципам разработки и организации диетического, лечебно-профилактического питания.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом ВПО дисциплина «Основы рационального питания» относится к вариативной части дисциплин по выбору специальности 31.05.01 «Лечебное дело» ВПО, изучается в IV семестре.

Освоение дисциплины «Основы рационального питания» базируется на знаниях, умениях и навыках, формируемых предшествующими дисциплинами: «Основы предпринимательского права», «Основы проектного управления», «Социальное предпринимательство», «Проектная деятельность», «Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.1», «Физиология висцеральных систем».

Изучение дисциплины «Основы рационального питания» позволяет студентам получить необходимые знания, умения и навыки при освоении последующих дисциплин: «Общественное здоровье и здравоохранение», «Иммунология», «Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.5», «Практическое применение Международной классификации функционирования в реабилитации при различной патологии», «Маркетинг в здравоохранении», «Организация лекарственного обеспечения населения», «Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков врача амбулаторно-поликлинического учреждения», «Помощник врача амбулаторно-поликлинического учреждения», «Диагностика и лечение внелегочного туберкулеза», «Эпидемиология», «Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.2», «Управление качеством медицинской помощи», «Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена».

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

### 3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СОТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ


Код и наименование реализуемой компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций
УК-2 Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла	ИД-1ук2 Знать этапы жизненного цикла проекта, этапы его разработки и реализации ИД-2ук2 Уметь разрабатывать проект с учетом анализа альтернативных вариантов его реализации, определять целевые этапы, основные направления работ ИД-3ук2 Владеть методиками разработки и управления проектом
ПК-6- Способность к применению основных принципов организации и управления в сфере охраны здоровья граждан, в медицинских организациях и их структурных подразделениях	Знать: государственную политику в области охраны здоровья населения; основы организации медицинской помощи населению; основы управления, планирования, финансирования медицинских организаций и их структурных подразделений. Уметь: применять основные принципы организации и управления в сфере охраны здоровья граждан, в медицинских организациях и их структурных подразделениях. Владеть: методиками расчета и анализа показателей деятельности медицинских организаций.

### 4. ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах (всего) 2

4.2. Объем дисциплины по видам учебной работы (в часах)

Вид учебной работы	Количество часов форма обучения: очная	
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам
		4 семестр
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП*	54/54	54/54
Аудиторные занятия:*	54/54	54/54
Лекции		
практические и	54/54	54/54


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

семинарские занятия*		
лабораторные работы, практикумы		
Самостоятельная работа*	18/18	18/18
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, доклад и др. (не менее 2 видов)	Опрос, тестирование, доклад	Опрос, тестирование, доклад
Курсовая работа		
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	Зачет	Зачет
Всего часов по дисциплине*	72/72	72/72


\*В случае необходимости использования в учебном процессе частично/исключительно дистанционных образовательных технологий, организация работы ППС с ОВЗ и инвалидами предусматривается в электронной информационно-образовательной среде с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

**4.3. Содержание дисциплины (модуля.) Распределение часов по темам и видам учебной работы:**  
Форма обучения очная.


Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Раздел 1. Основные этапы развития гигиены питания.</b>							
Тема 1. Основные этапы развития гигиены питания.	3					3	доклад
<b>Раздел 2. Основы рационального питания.</b>							

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

<b>Тема</b> 2.Энергетические затраты и энергетическая ценность пищи.	3		3				опрос
<b>Тема 3.</b> Значение белков, жиров и углеводов в питании.	4		4				опрос
<b>Тема 4.</b> Витамины и их значение в питании.	4		4				опрос
<b>Тема 5.</b> Минеральные вещества и их значение в питании.	2		2				опрос
<b>Раздел 3.Теория рационального питания. Гигиенические требования к рациональному питанию человека.</b>							
<b>Тема 6.</b> Теория рационального питания. Гигиенические требования к рациональному питанию человека.	2		2				опрос
<b>Раздел 4. Пищевая ценность и безопасность пищевых продуктов.</b>							
<b>Тема 7.</b> Гигиенические требования к качеству пищевых продуктов.Гигиеническая оценка качества и безопасности продуктов растительного происхождения.	2		2				опрос
<b>Тема 8.</b> Гигиеническая оценка качества и безопасности продуктов	2		2				опрос

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

животного происхождения.							
<b>Тема 9.</b> Консервированные продукты.	2		2				опрос
<b>Тема 10.</b> Продукты с повышенной пищевой ценностью.	2		2				опрос
<b>Раздел 5. Алиментарно-зависимые заболевания и их профилактика.</b>							
<b>Тема 11.</b> Алиментарно-зависимые неинфекционные заболевания и их профилактика.	4		4				опрос
<b>Тема 12.</b> Заболевания, связанные с инфекционными агентами и паразитами, передающимися с пищей.	4		4				опрос
<b>Тема 13.</b> Пищевые отравления немикробной природы.	4		4				опрос
<b>Тема 14.</b> Отравления химическими веществами (ксенобиотиками).	3					3	доклад
<b>Раздел 6. Питание различных групп населения.</b>							
<b>Тема 15.</b> Оценка состояния питания различных групп населения.	4		4				опрос
<b>Тема 16.</b> Питание населения в условиях неблагоприятного действия факторов окружающей среды.	3					3	доклад

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

Тема 17. Лечебное питание.	4		4				опрос
Тема 18. Лечебно-профилактическое питание.	3		3				опрос
Тема 19. Питание детей.	3					3	доклад
Тема 20. Питание беременных и кормящих.	3					3	доклад
Тема 21. Питание лиц престарелого и старческого возраста.	3					3	доклад
Тема 22. Итоговое занятие. Зачет	2		2				опрос, тестирование.
<b>Итого</b>	<b>72</b>		<b>54</b>			<b>18</b>	

## 5. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

### Раздел 1. Основные этапы развития гигиены питания.

#### Тема 1. Основные этапы развития гигиены питания.

**Содержание темы:** История становления и развития гигиены питания. Основоположники отечественной гигиенической науки о питании. (А.П. Доброславин, Ф.Ф. Эрисман и др).

### Раздел 2. Энергетическая, пищевая и биологическая ценность питания.

#### Тема 2. Энергетические затраты и энергетическая ценность пищи.

**Содержание темы:** Обмен энергии в организме. Энергетический баланс. Энергетические затраты организма. Методы определения энергетической потребности людей. Дисбаланс энергии.

#### Тема 3. Значение белков, жиров и углеводов в питании.


**Содержание темы:** Белки и их значение в питании. Биологическая ценность пищевых продуктов. Методы оценки качества белка. Болезни недостаточности и избыточности белкового питания и белкового метаболизма. Основные пути решения проблемы обеспечения населения белком. Нетрадиционные и новые источники белка. Жиры и их значение в питании. Насыщенные жирные кислоты. Ненасыщенные жирные кислоты. Фосфолипиды и стерины. Последствия избыточного поступления жиров с пищей. Углеводы и их значение в питании. Функции углеводов. Моно- и дисахариды. Олигосахариды. Полисахариды. Некрахмальные полисахариды. Пищевые волокна.

#### Тема 4. Витамины и их значение в питании.

**Содержание темы:** Классификация витаминов. Значение витаминов в жизнедеятельности организма. Витаминоподобные вещества. Минеральные вещества и их значение в питании.

#### Тема 5. Минеральные вещества и их значение в питании.

**Содержание темы:** Макроэлементы и микроэлементы. Классификация и характеристика эссенциальных минеральных элементов. Дисбаланс минеральных веществ. Нормы физиологической потребности макро- и микроэлементов. Причины и проявления недостаточности

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

и избытка макро- и микроэлементов.

### **Раздел 3. Теория рационального питания. Гигиенические требования к рациональному питанию человека.**

#### **Тема 6. Теория рационального питания. Гигиенические требования к рациональному питанию человека.**

**Содержание темы:** Теория рационального питания. Сбалансированность белков, жиров, углеводов. Сбалансированность витаминов, минеральных веществ и микроэлементов. Значение режима и условий питания и основные гигиенические требования к ним.

### **Раздел 4. Пищевая ценность и безопасность пищевых продуктов.**

#### **Тема 7. Гигиенические требования к качеству пищевых продуктов. Гигиеническая оценка качества и безопасности продуктов растительного происхождения.**

**Содержание темы:** Пищевые продукты. Качество пищевых продуктов. Пищевая ценность. Безопасность пищевых продуктов. Общие принципы нормирования ксенобиотиков в пищевых продуктах. Зерновые продукты. Роль зерновых продуктов в возникновении заболеваний человека и формировании чужеродной нагрузки. Бобовые. Овощи, зелень, фрукты, плоды и ягоды. Грибы. Орехи, семена и масличные культуры.

#### **Тема 8. Гигиеническая оценка качества и безопасности продуктов животного происхождения.**

**Содержание темы:** Гигиеническая оценка качества и безопасности продуктов животного происхождения. Молоко и молочные продукты. Яйца и яичные продукты. Мясо и мясные продукты. Рыба, рыбные продукты и морепродукты.

#### **Тема 9. Консервированные продукты.**

**Содержание темы:** Классификация консервов. Виды консервирования продуктов. Ветеринарно-санитарная и гигиеническая экспертиза консервов.

#### **Тема 10. Продукты с повышенной пищевой ценностью.**

**Содержание темы:** Обогащенные продукты. Функциональные пищевые продукты. Биологически активные добавки к пище. Гигиенические подходы к формированию рационального ежедневного продуктового набора. Пирамида здорового питания.

### **Раздел 5. Алиментарно-зависимые заболевания и их профилактика.**

#### **Тема 11. Алиментарно-зависимые неинфекционные заболевания и их профилактика.**

**Содержание темы:** Питание и профилактика избыточной массы тела и ожирения. Питание и профилактика сахарного диабета II типа. Питание и профилактика сердечно-сосудистых заболеваний. Питание и профилактика онкологических заболеваний. Питание и профилактика остеопороза. Питание и профилактика кариеса. Пищевые аллергии и другие проявления пищевой непереносимости.


#### **Тема 12. Заболевания, связанные с инфекционными агентами и паразитами, передающимися с пищей.**

**Содержание темы:** Пищевые отравления микробной этиологии. Общие факторы возникновения пищевых отравлений микробной этиологии. Пищевые токсикоинфекции и их профилактика. Пищевые бактериальные токсикозы. Пищевые микотоксикозы.

#### **Тема 13. Пищевые отравления немикробной природы.**

**Содержание темы:** Отравления грибами. Отравления ядовитыми растениями. Отравления семенами сорных растений, загрязняющих злаковые культуры. Отравления животными продуктами, ядовитыми по своей природе. Отравления растительными продуктами,



Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

ядовитыми при определенных условиях. Отравления животными продуктами, ядовитыми при определенных условиях.

#### **Тема 14. Отравления химическими веществами (ксенобиотиками).**

**Содержание темы:** Отравления тяжелыми металлами и мышьяком. Отравления пестицидами и другими агрохимическими средствами. Отравления компонентами агрохимикатов. Нитрозамины. Полихлорированные бифенилы. Акриламид. Расследование пищевых отравлений.

#### **Раздел 6. Питание различных групп населения.**

##### **Тема 15. Оценка состояния питания различных групп населения.**

**Содержание темы:** Состояние питания человека. Оценка фактического питания, состояния здоровья, экологического статуса. Анализ и оптимизация организованного питания населения.

##### **Тема 16. Питание населения в условиях неблагоприятного действия факторов окружающей среды.**

**Содержание темы:** Основы алиментарной адаптации. Механизмы алиментарной регуляции метаболизма ксенобиотиков. Организация питания населения в условиях чужеродной нагрузки. Гигиенический контроль состояния и организации питания населения, проживающего в условиях радиоактивной нагрузки. Основные пути миграции радионуклидов в биосфере. Распределение и концентрация радионуклидов в основных группах продовольственного сырья. Нормирование радионуклидов. Алиментарные пути снижения радионагрузки. Организация питания населения в условиях радиоактивной нагрузки.

##### **Тема 17. Лечебное питание.**

**Содержание темы:** Современное лечебное питание. Признаки и особенности лечебного питания. Принципы лечебного питания. Номенклатура диетических столов. Новая номенклатура диет. Требования к организации лечебного питания в ЛПУ и санаторно-курортных учреждениях. Рекомендации по оборудованию пищеблока и буфетных и требования к санитарно-гигиеническому режиму. Диетическое питание в системе общественного питания, санаториях и профилакториях.

##### **Тема 18. Лечебно-профилактическое питание.**

**Содержание темы:** Лечебно-профилактическое питание. Рационы ЛПП. Молоко (кисломолочные продукты). Витаминные препараты. Работа в условиях высоких температур. Правила выдачи ЛПП.

##### **Тема 19. Питание детей.**


**Содержание темы:** Питание детей. Физиологические нормы питания детей. Питание детей раннего возраста. Организация питания детей. Санитарно-гигиенические требования к производству и обороту пищевых продуктов детского ассортимента.

##### **Тема 20. Питание беременных и кормящих.**

**Содержание темы:** Питание беременных и кормящих. Питание женщин в первой и во второй половине беременности.

##### **Тема 21. Питание лиц престарелого и старческого возраста.**

**Содержание темы:** Возрастные особенности организма пожилых людей и основные принципы питания пожилых людей и старческого возраста. Суточные нормы

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

физиологической потребности энергии и пищевых веществ для лиц престарелого и старческого возраста.

## **Тема 22. Итоговое занятие. Зачет.**

**Содержание темы:** Опрос, тестирование.

## **6. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ**

### **Раздел 1. Энергетическая, пищевая и биологическая ценность питания.**

#### **Тема 1. Энергетические затраты и энергетическая ценность пищи.**

**Форма проведения** - практическое занятие.

**Вопросы к теме** (для обсуждения).

1. Обмен энергии в организме.
2. Энергетический баланс.
3. Энергетические затраты организма.
4. Методы определения энергетической потребности людей.
5. Дисбаланс энергии.

#### **Тема 2. Значение белков, жиров и углеводов в питании.**

**Форма проведения** - практическое занятие.

**Вопросы к теме** (для обсуждения).


1. Белки и их значение в питании.
2. Биологическая ценность пищевых продуктов.
3. Методы оценки качества белка.
4. Болезни недостаточности и избыточности белкового питания и белкового метаболизма.
5. Основные пути решения проблемы обеспечения населения белком.
6. Нетрадиционные и новые источники белка.
7. Жиры и их значение в питании.
8. Насыщенные жирные кислоты.
9. Ненасыщенные жирные кислоты.
10. Фосфолипиды и стерины.
11. Последствия избыточного поступления жиров с пищей.
12. Углеводы и их значение в питании.
13. Функции углеводов.
14. Моно- и дисахариды.
15. Олигосахариды.
16. Полисахариды.
17. Некрахмальные полисахариды.
18. Пищевые волокна.

#### **Тема 3. Витамины и их значение в питании.**

**Форма проведения** - практическое занятие.

**Вопросы к теме** (для обсуждения).

1. Классификация витаминов.
2. Значение витаминов в жизнедеятельности организма.
3. Аскорбиновая кислота. Усвояемость и физиологические функции. Нормы физиологической потребности. Основные пищевые источники и возможность обеспечения организма. Проявления недостаточности и избытка.
4. Биофлавоноиды. Усвояемость и физиологические функции. Нормы физиологической

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

- потребности. Основные пищевые источники и возможность обеспечения организма.
5. Витамин В1. Усвояемость и физиологические функции. Нормы физиологической потребности. Основные пищевые источники.
  6. Витамин В2. Усвояемость и физиологические функции. Нормы физиологической потребности. Основные пищевые источники.
  7. Витамин В6. Усвояемость и физиологические функции. Нормы физиологической потребности. Основные пищевые источники и возможность обеспечения организма.
  8. Витамин РР. Усвояемость и физиологические функции. Нормы физиологической потребности. Основные пищевые источники и возможность обеспечения организма.
  9. Фолиевая кислота. Усвояемость и физиологические функции. Нормы физиологической потребности. Основные пищевые источники и возможность обеспечения организма.
  10. Витамин В12. Усвояемость и физиологические функции. Нормы физиологической потребности. Основные пищевые источники и возможность обеспечения организма.
  11. Пантотеновая кислота. Усвояемость и физиологические функции. Нормы физиологической потребности. Основные пищевые источники и возможность обеспечения организма.
  12. Биотин. Усвояемость и физиологические функции. Нормы физиологической потребности. Основные пищевые источники и возможность обеспечения организма.
  13. Витамин А. Усвояемость и физиологические функции. Нормы физиологической потребности. Основные пищевые источники и возможность обеспечения организма.
  14. Витамин Д. Усвояемость и физиологические функции. Нормы физиологической потребности. Основные пищевые источники и возможность обеспечения организма.
  15. Витамин Е. Усвояемость и физиологические функции. Нормы физиологической потребности. Основные пищевые источники и возможность обеспечения организма.
  16. Витамин К. Усвояемость и физиологические функции. Нормы физиологической потребности. Основные пищевые источники и возможность обеспечения организма.
  17. Витаминоподобные вещества. Усвояемость и физиологические функции. Нормы физиологической потребности. Основные пищевые источники и возможность обеспечения организма.

#### **Тема 4. Минеральные вещества и их значение в питании.**

**Форма проведения** - практическое занятие.

**Вопросы к теме** (для обсуждения).

1. Макроэлементы и микроэлементы.
2. Классификация и характеристика эссенциальных минеральных элементов.
3. Дисбаланс минеральных веществ.
4. Нормы физиологической потребности макро- и микроэлементов.
5. Причины и проявления недостаточности и избытка макро- и микроэлементов.


#### **Раздел 3. Теория рационального питания. Гигиенические требования к рациональному питанию человека.**

##### **Тема 5. Теория рационального питания. Гигиенические требования к рациональному питанию человека.**

**Форма проведения** - практическое занятие.

**Вопросы к теме** (для обсуждения).

1. Теория рационального питания.
2. Сбалансированность белков.
3. Сбалансированность жиров.
4. Сбалансированность углеводов.
5. Сбалансированность витаминов, минеральных веществ и микроэлементов.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

6. Значение режима и условий питания и основные гигиенические требования к ним.

#### **Раздел 4. Пищевая ценность и безопасность пищевых продуктов.**

##### **Тема 6. Гигиенические требования к качеству пищевых продуктов. Гигиеническая оценка качества и безопасности продуктов растительного происхождения.**

**Форма проведения** - практическое занятие.

**Вопросы к теме** (для обсуждения).

1. Пищевые продукты. Качество пищевых продуктов. Пищевая ценность.
2. Безопасность пищевых продуктов.
3. Общие принципы нормирования ксенобиотиков в пищевых продуктах.
4. Зерновые продукты.
5. Роль зерновых продуктов в возникновении заболеваний человека и формировании чужеродной нагрузки.
6. Бобовые.
7. Овощи, зелень, фрукты, плоды и ягоды.
8. Грибы.
9. Орехи, семена и масличные культуры.

##### **Тема 7. Гигиеническая оценка качества и безопасности продуктов животного происхождения.**

**Форма проведения** - практическое занятие.

**Вопросы к теме** (для обсуждения).

1. Гигиеническая оценка качества и безопасности продуктов животного происхождения.
2. Молоко и молочные продукты.
3. Яйца и яичные продукты.
4. Мясо и мясные продукты.
5. Рыба, рыбные продукты и морепродукты.

##### **Тема 8. Консервированные продукты.**

**Форма проведения** - практическое занятие.

**Вопросы к теме** (для обсуждения).

1. Классификация консервов.
2. Виды консервирования продуктов.
3. Ветеринарно-санитарная и гигиеническая экспертиза консервов.

##### **Тема 9. Продукты с повышенной пищевой ценностью.**

**Форма проведения** - практическое занятие.


**Вопросы к теме** (для обсуждения).

1. Обогащенные продукты.
2. Функциональные пищевые продукты.
3. Биологически активные добавки к пище.
4. Гигиенические подходы к формированию рационального ежедневного продуктового набора.
5. Пирамида здорового питания.

#### **Раздел 5. Алиментарно-зависимые заболевания и их профилактика.**

##### **Тема 10. Алиментарно-зависимые неинфекционные заболевания и их профилактика.**

**Форма проведения** - практическое занятие.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

**Вопросы к теме (для обсуждения).**

1. Питание и профилактика избыточной массы тела и ожирения.
2. Питание и профилактика сахарного диабета II типа.
3. Питание и профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.
4. Питание и профилактика онкологических заболеваний.
5. Питание и профилактика остеопороза.
6. Питание и профилактика кариеса.
7. Пищевые аллергии и другие проявления пищевой непереносимости.

**Тема 11. Заболевания, связанные с инфекционными агентами и паразитами, передающимися с пищей.**

**Форма проведения** - практическое занятие.

**Вопросы к теме (для обсуждения).**

1. Пищевые отравления микробной этиологии.
2. Общие факторы возникновения пищевых отравлений микробной этиологии.
3. Пищевые токсикоинфекции и их профилактика.
4. Пищевые бактериальные токсикозы.
5. Пищевые микотоксикозы.

**Тема 12. Пищевые отравления немикробной природы.**

**Форма проведения** - практическое занятие.

**Вопросы к теме (для обсуждения).**

1. Отравления грибами.
2. Отравления ядовитыми растениями.
3. Отравления семенами сорных растений, загрязняющих злаковые культуры.
4. Отравления животными продуктами, ядовитыми по своей природе.
5. Отравления растительными продуктами, ядовитыми при определенных условиях.
6. Отравления животными продуктами, ядовитыми при определенных условиях.

**Раздел 6. Питание различных групп населения.**

**Тема 13. Оценка состояния питания различных групп населения.**

**Форма проведения** - практическое занятие.

**Вопросы к теме (для обсуждения).**


1. Состояние питания человека.
2. Оценка фактического питания, состояния здоровья, экологического статуса.
3. Анализ и оптимизация организованного питания населения.

**Тема 14. Лечебное питание.**

**Форма проведения** - практическое занятие.

**Вопросы к теме (для обсуждения).**

1. Современное лечебное питание.
2. Признаки и особенности лечебного питания.
3. Принципы лечебного питания.
4. Номенклатура диетических столов.
5. Новая номенклатура диет.
6. Требования к организации лечебного питания в ЛПУ и санаторно-курортных учреждениях.
7. Рекомендации по оборудованию пищеблока и буфетных и требования к санитарно-гигиеническому режиму.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

8. Диетическое питание в системе общественного питания, санаториях и профилакториях.

### **Тема 15. Лечебно-профилактическое питание.**

**Форма проведения** - практическое занятие.

**Вопросы к теме** (для обсуждения).

1. Лечебно-профилактическое питание (ЛПП).
2. Рационы ЛПП.
3. Молоко (кисломолочные продукты).
4. Витаминные препараты.
5. Работа в условиях высоких температур.
6. Правила выдачи ЛПП.

### **Тема 16.Итоговое занятие. Зачет.**


**Содержание темы:**Опрос,тестирование.

## **7.ЛАБОРАТОРНЫЕ РАБОТЫ, ПРАКТИКУМЫ**

Данный вид работы не предусмотрен УП.

## **8. ТЕМАТИКА ДОКЛАДОВ**

№ п/п	Тема занятия	Примерные темы докладов
1.	Основные этапы развития гигиены питания.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. История становления и развития гигиены питания.</li> <li>2. Основоположники отечественной гигиенической науки о питании. (А.П. Доброславин, Ф.Ф. Эрисман и др).</li> </ol>
2.	Питание населения в условиях неблагоприятного действия факторов окружающей среды.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основы алиментарной адаптации.Механизмы алиментарной регуляции метаболизма ксенобиотиков. Организация питания населения в условиях чужеродной нагрузки.</li> <li>2. Гигиенический контроль состояния и организации питания населения, проживающего в условиях радиоактивной нагрузки.</li> </ol>
3.	Отравления химическими веществами (ксенобиотиками).	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отравления тяжелыми металлами и мышьяком.</li> <li>2. Отравления пестицидами и другими агрохимическими средствами.</li> <li>3. Отравления компонентами агрохимикатов.</li> <li>4. Нитрозамины. Полихлорированные бифенилы. Акриламид.</li> <li>5. Расследование пищевых отравлений,</li> </ol>


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

		вызванных химическими веществами (ксенобиотиками).
4.	Питание детей.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Особенности питания детей</li> <li>2. Питание детей раннего возраста</li> <li>3. Организация питания детей. Санитарно-гигиенические требования к производству и обороту пищевых продуктов детского ассортимента.</li> </ol>
5.	Питание беременных и кормящих.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Физиологические изменения в организме, происходящие в период беременности. Особенности питания беременных и кормящих.</li> <li>2. Питание женщин в первой половине беременности.</li> <li>3. Питание женщин во второй половине беременности.</li> </ol>
6.	Питание лиц престарелого и старческого возраста.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Особенности питания лиц престарелого и старческого возраста.</li> <li>2. Изменения в пищеварительной системе в процессе старения организма.</li> </ol>

## 9. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ.

1. Основные этапы развития гигиены питания.
2. Энергетические затраты организма. Методы определения энергетической потребности людей.
3. Биологическая роль белков, источники, нормы. Аминокислоты. Аминокислотный скор.
4. Биологическая роль жиров, источники, нормы.
5. Биологическая роль углеводов, источники, нормы.
6. Биологическая роль водорастворимых витаминов, источники, нормы.
7. Биологическая роль жирорастворимых витаминов, источники, нормы.
8. Биологическая роль минеральных веществ, источники, нормы.
9. Теория рационального питания. Гигиенические требования к рациональному питанию человека.
10. Гигиенические требования к качеству пищевых продуктов. Гигиеническая оценка качества и безопасности продуктов растительного происхождения.
11. Гигиеническая оценка качества и безопасности продуктов животного происхождения.
12. Классификация консервов. Виды консервирования продуктов. Ветеринарно-санитарная и гигиеническая экспертиза консервов.
13. Продукты с повышенной пищевой ценностью.
14. Пирамида здорового питания.
15. Питание и профилактика избыточной массы тела и ожирения.
16. Питание и профилактика сахарного диабета II типа.
17. Питание и профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.
18. Питание и профилактика онкологических заболеваний.
19. Питание и профилактика остеопороза.
20. Питание и профилактика кариеса.
21. Пищевые аллергии и другие проявления пищевой непереносимости.



Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

22. Пищевые отравления микробной этиологии.
23. Пищевые токсикоинфекции и их профилактика. Пищевые бактериальные токсикозы. Пищевые микотоксикозы.
24. Пищевые отравления немикробной природы.
25. Отравления химическими веществами (ксенобиотиками).
26. Оценка состояния питания человека.
27. Питание населения в условиях неблагоприятного действия факторов окружающей среды.
28. Принципы лечебного питания. Номенклатура диетических столов. Новая номенклатура диет.
29. Лечебно-профилактическое питание. Рационы ЛПП. Молоко (кисло-молочные продукты). Витаминные препараты. Работа в условиях высоких температур. Правила выдачи ЛПП.
30. Особенности питания детей.
31. Организация питания детей. Санитарно-гигиенические требования к производству и обороту пищевых продуктов детского ассортимента.
32. Физиологические изменения в организме, происходящие в период беременности. Особенности питания беременных и кормящих.
33. Возрастные особенности организма пожилых людей и основные принципы питания пожилых людей и старческого возраста.

## 10. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ


При выполнении самостоятельной работы студенты готовят доклад по выбору из рекомендованных к занятию тем. Самостоятельная работа – это индивидуальная познавательная деятельность студента во внеаудиторное время. Цель самостоятельной работы – овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками, опытом творческой, исследовательской деятельности и обеспечение формирования профессиональной компетенции, воспитание потребности в самообразовании, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем.

Самостоятельная работа способствует эффективному усвоению, как основного, так и дополнительного учебного материала, студенты приучаются к самостоятельному поиску и творческому осмыслению полученных знаний.

Форма обучения очная.

Название и разделов, и тем	Вид самостоятельной работы	Объем в часах	Форма контроля
Основные этапы развития гигиены питания.	проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета.	3	Оценка доклада, зачет
Питание населения в условиях неблагоприятного действия факторов окружающей среды.	проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета.	3	Оценка доклада, зачет
Отравления	проработка учебного материала, доклад.	3	Оценка



Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

химическими веществами (ксенобиотиками).			доклада
Питание детей.	проработка учебного материала, доклад	3	Оценка доклада
Питание беременных и кормящих.	проработка учебного материала, доклад.	3	Оценка доклада
Питание лиц престарелого и старческого возраста.	проработка учебного материала, доклад, подготовка к сдаче зачета.	3	Оценка доклада, зачет

## 11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

а) Список рекомендуемой литературы

### основная литература:


1. Королев А.А., Гигиена питания / А.А. Королев. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 624 с. - ISBN 978-5-9704-3706-3 - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970437063.html>
2. Общая гигиена [Электронный ресурс]: учебник / А. М. Большаков. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. Режим доступа: <http://client.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970436875.html>

### дополнительная литература:

1. Лапкин М.М., Основы рационального питания: учебное пособие / М. М. Лапкин [и др.]; под ред. М. М. Лапкина. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 304 с. - ISBN 978-5-9704-5210-3 - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970452103.html>
2. Кича Д.И., Общая гигиена. Руководство к лабораторным занятиям: учебное пособие / Кича Д.И., Дрожжина Н.А., Фомина А.В. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 288 с. - ISBN 978-5-9704-3430-7 - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970434307.html>
3. Королев А.А., Гигиена питания. Руководство к практическим занятиям: учебное пособие / Королев А.А., Никитенко Е.И. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 272 с. - ISBN 978-5-9704-4872-4 - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970448724.html>
4. Ниезмухамедова М. Б. Гигиена питания: учеб.-метод. пособие к практ. занятиям по общей гигиене / М. Б. Ниезмухамедова, Н. Н. Мурыванова; УлГУ, ИМЭиФК. - Ульяновск: УлГУ, 2011. - 159 с. - <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/100>
5. Рахманин Ю.А., Гигиена и санитария № 01.2016 / гл. ред. Ю.А Рахманин - М.: Медицина, 2016. - 128 с. - ISBN 0016-9900-2016-1 - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN0016990020161.html>

### учебно-методическая литература:


1. Калишев М.Г., Сборник заданий по общей гигиене / Калишев М.Г., Жарылкасын

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

Ж.Ж., Петров В.И., Коваленко Л.М., Рогова С.И., Жакетаева Н.Т., Изденова Н.Р., Чурекова В.И., Мацук Е.В., Игельманова Б.М., Жарылкасынова А.М. - М. :Литтерра, 2016. - 224 с. - ISBN 978-5-4235-0234-8 - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL :<https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785423502348.html>

2. Алабина Е. В. Методические указания для самостоятельной работы студентов по дисциплине «Основы рационального питания» для специальностей 31.05.01 «Лечебное дело», 31.05.02 «Педиатрия» / Е. В. Алабина; УлГУ, ИМЭиФК, Мед.фак. - Ульяновск : УлГУ, 2019. - Загл. с экрана; Неопубликованный ресурс. - Электрон.текстовые дан. (1 файл : 213 КБ). - Текст : электронный.  
<http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/4793>

Согласовано:

Ведущий специалист / Мажукина С.Н. /  / 2022  
 Должность сотрудника научной библиотеки / ФИО / Подпись / дата

## в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

### 1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart: электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2022]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ :образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство ЮРАЙТ. – Москва, [2022]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Политехресурс. – Москва, [2022]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека :база данных : сайт / ООО Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг. – Москва, [2022]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Букап. – Томск, [2022]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.


1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС Лань. – Санкт-Петербург, [2022]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. ЭБС Znanium.com :электронно-библиотечная система : сайт / ООО Знаниум. - Москва, [2022]. - URL: <http://znanium.com> . – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.8. ClinicalCollection :научно-информационная база данных EBSCO // EBSCOhost : [портал]. – URL: <http://web.b.ebscohost.com/ehost/search/advanced?vid=1&sid=9f57a3e1-1191-414b-8763-e97828f9f7e1%40sessionmgr102>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

1.9. База данных «Русский как иностранный» :электронно-образовательный ресурс для иностранных студентов : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». – Саратов, [2022]. – URL: <https://ros-edu.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

2. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: справочная правовая система. /ООО «Консультант Плюс» - Электрон.дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2022].

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

### 3. Базы данных периодических изданий:

3.1. База данных периодических изданий EastView : электронные журналы / ООО ИВИС. - Москва, [2022]. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

3.2. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО Научная Электронная Библиотека. – Москва, [2022]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

3.3. Электронная библиотека «Издательского дома «Гребенников» (Grebinnikon) : электронная библиотека / ООО ИД Гребенников. – Москва, [2022]. – URL: <https://id2.action-media.ru/Personal/Products>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

4. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека»: электронная библиотека: сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2022]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. SMARTImagebase: научно-информационная база данных EBSCO// EBSCOhost : [портал]. – URL: <https://ebSCO.smartimagebase.com/?TOKEN=EBSCO-1a2ff8c55aa76d8229047223a7d6dc9c&custid=s6895741>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Изображение : электронные.

### 6. Федеральные информационно-образовательные порталы:

6.1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам : федеральный портал. – URL: <http://window.edu.ru/>. – Текст : электронный.

6.2. Российское образование : федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

### 7. Образовательные ресурсы УлГУ:

7.1. Электронная библиотечная система УлГУ : модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

Согласовано:

Зам.начальника УИТиТ / Ключкова А.В. /  / \_\_\_\_\_  
Должность сотрудника УИТиТ ФИО Подпись Дата


## 12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Для проведения занятий используется следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения практических занятий и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации с набором демонстрационного оборудования для обеспечения представления иллюстрационного материала по дисциплине в соответствии с рабочей программой.

Помещение укомплектовано комплектом ученической мебели на 24 посадочных места.

## 13. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Обучение по ОПОП ВО обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся. Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и отдельно. В случае необходимости, обучающимся из числа

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

– для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; индивидуальные задания и консультации.

– для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; индивидуальные задания и консультации.

– для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; индивидуальные задания и консультации».


В случае необходимости использования в учебном процессе частично/исключительно дистанционных образовательных технологий, организация работы ППС с ОВЗ и инвалидами предусматривается в электронной информационно-образовательной среде с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

Разработчик



  
подпись


Алабина Е.В.

ФИО

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

**Лист согласования**  
**Дисциплины Основы рационального питания**

№	Содержание изменения или ссылка на прилагаемый текст	ФИО заведующего кафедрой, реализующего дисциплину/выпускающей кафедрой	Подпись	Дата
1	Приложение 1»Внесение изменений в п.п. а)Список рекомендуемой литературы.п. 11 «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины/практики» с оформлением отдельного приложения	Горбунов В.И.		02.06.2023
2	Приложение 1»Внесение изменений в п.п. б)Профессиональные базы данных п. 11 «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины/практики» с оформлением отдельного приложения	Горбунов В.И.		02.06.2023

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

Приложение 1

## 11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### а) Список рекомендуемой литературы

#### основная литература:

1. Лапкин М.М., Основы рационального питания: учебное пособие / М. М. Лапкин [и др.]; под ред. М. М. Лапкина. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 304 с. - ISBN 978-5-9704-5210-3 - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL:

<https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970452103.html>

2. Большаков, А. М. Общая гигиена : учебник / А. М. Большаков. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 432 с. - ISBN 978-5-9704-3687-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL:

[:https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970436875.html](https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970436875.html)

#### дополнительная литература:

1. Королев А.А., Гигиена питания / А.А. Королев. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 624 с.- ISBN 978-5-9704-3706-3 - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. -

URL:<https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970437063.html>

2. Кича Д.И., Общая гигиена. Руководство к лабораторным занятиям: учебное пособие / Кича Д.И., Дрожжина Н.А., Фомина А.В. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 288 с. - ISBN 978-5-9704-3430-7 - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL:

<https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970434307.html>

3. Королев А.А., Гигиена питания. Руководство к практическим занятиям: учебное пособие / Королев А.А., Никитенко Е.И. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2018. - 272 с. - ISBN 978-5-9704-4872-4 - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL:

<https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970448724.html>

4. Ниезмухамедова М. Б. Гигиена питания : учеб.-метод. пособие к практ. занятиям по общей гигиене / М. Б. Ниезмухамедова, Н. Н. Мурыванова; УлГУ, ИМЭиФК. - Ульяновск : УлГУ, 2011. - Имеется печ. аналог; Загл. с экрана. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 3,79 Мб). - Текст : электронный. - <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/100>


5. Рахманин Ю.А, Гигиена и санитария №01.2016 / гл. ред. Ю.А Рахманин - М.: Медицина, 2016. - 128 с. - ISBN 0016-9900-2016-1 - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. -

URL:<https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN0016990020161.html>


#### учебно-методическая литература:

1. Алабина Е. В. Методические указания для самостоятельной работы студентов по дисциплине «Основы рационального питания» для специальностей 31.05.01 «Лечебное дело», 31.05.02 «Педиатрия» / Е. В. Алабина; УлГУ, ИМЭиФК, Мед.фак. - Ульяновск : УлГУ, 2019. - Загл. с экрана; Неопубликованный ресурс. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 213 КБ). - Текст : электронный. <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/4793>

Согласовано:

Специалист ведущий / Мажукина С.Н. /  / 2023  
 Должность сотрудника научной библиотеки ФИО подпись дата



Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

*Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы*

**1. Электронно-библиотечные системы:**

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2023]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство «ЮРАЙТ». – Москва, [2023]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Политехресурс». – Москва, [2023]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО «Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг». – Москва, [2023]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Букап». – Томск, [2023]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС «Лань». – Санкт-Петербург, [2023]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. ЭБС Znanium.com : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Знаниум». - Москва, [2023]. - URL: <http://znanium.com>. – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

**2. КонсультантПлюс** [Электронный ресурс]: справочная правовая система. / ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2023].

**3. Базы данных периодических изданий:**

3.1. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО «Научная Электронная Библиотека». – Москва, [2023]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

3.2. Электронная библиотека «Издательского дома «Гребенников» (Grebinnikon) : электронная библиотека / ООО ИД «Гребенников». – Москва, [2023]. – URL: <https://id2.action-media.ru/Personal/Products>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.


**4. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека»** : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2023]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

**5. Российское образование** : федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.



**6. Электронная библиотечная система УлГУ** : модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

Согласовано:

*Ведущий инженер* / *Щуренко ЮВ* / *М.С.С.* / *18.05.2023г*  
 Должность сотрудника УИТиТ                      ФИО                      Подпись                      Дата


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

**Лист согласования**  
**Дисциплины «Основы рационального питания»**  
**специальности 31.05.01 лечебное дело**

№	Содержание изменения или ссылка на прилагаемый текст	ФИО заведующего кафедрой, реализующего дисциплину/выпускающей кафедрой	Подпись	Дата
1	Приложение 1»Внесение изменений в п.п. а) Список рекомендуемой литературы п. 11 «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины/практики» с оформлением отдельного приложения	Горбунов В.И.		22.05.2024
2	Приложение 1»Внесение изменений в п.п. б)Профессиональные базы данных п. 11 «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины/практики» с оформлением отдельного приложения	Горбунов В.И.		22.05.2024





Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

## *Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы*

### **1. Электронно-библиотечные системы:**

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2024]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство «ЮРАЙТ». – Москва, [2024]. - URL: <https://urait.ru> . – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Политехресурс». – Москва, [2024]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО «Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг». – Москва, [2024]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Букап». – Томск, [2024]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/> . – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС «Лань». – Санкт-Петербург, [2024]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. ЭБС Znanium.com :электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Знаниум». - Москва, [2024]. - URL: <http://znanium.com> . – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

**2. КонсультантПлюс** [Электронный ресурс]: справочная правовая система. / ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2024].

**3. eLIBRARY.RU**: научная электронная библиотека : сайт / ООО «Научная Электронная Библиотека». – Москва, [2024]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

**4. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека»** : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2024]. – URL:<https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

**5. Российское образование**: федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

**6. Электронная библиотечная система УлГУ** : модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

Инженер ведущий

Щуренко



Ю.В. 2024