

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	Inginerie Alimentară
Departamentul	Tehnologii Alimentare, Siguranța Producției Alimentare și a Mediului
Domeniul de studii	Ingineria Produselor Alimentare
Ciclul de studii	Licență
Programul de studii	Controlul și Expertiza Produselor Alimentare

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei		Principiile nutriției umane			
Anul de studiu	III	Semestrul	5	Tipul de evaluare	C
Regimul disciplinei	Categorica formativă a disciplinei DF - fundamentală, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC – complementară				DD
	Categorica de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DF - facultativă				DOB

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore pe săptămână	3	Curs	2	Seminar	1	Laborator/ Lucrări practice		Proiect	
I b) Totalul de ore pe semestru din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar	14	Laborator/ Lucrări practice		Proiect	

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	56
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	2
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	58
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	100
Numărul de credite	4

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	C.P.4. Aplică standarde de sănătate și siguranță
Competențe transversale	C.T.3. Aplică cunoștințe științifice, tehnologice și ingineresti

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/absolventul explică principiile fundamentale ale științei alimentului, caracteristicile nutriționale și funcționale ale produselor alimentare.	Studentul/absolventul evaluează proprietățile organoleptice, fizico-chimice și microbiologice ale materiilor prime și ale produselor alimentare. Studentul/absolventul efectuează calcule specifice conform metodelor de analiză, evaluează calitatea produselor alimentare pe baza cunoștințelor de analiză senzorială, determină valorile alimentare (nutritive și energetice) ale produselor alimentare. Studentul/absolventul identifică microorganismele care conduc la apariția unor boli și care influențează calitatea materiilor prime de origine vegetală și animală și a produselor alimentare.	Studentul/absolventul gestionează procesele de producție în vederea optimizării și reducerii pierderilor de producție și a costurilor generale de fabricație. Studentul/absolventul gestionează influența condițiilor de mediu și interacțiunea dintre microorganisme, cu impact asupra produselor alimentare.

6. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei	Înșușirea și valorificarea conceptelor privind efectele fiziologice și benefice ale alimentelor și ale unor componente alimentare, capabile să asigure o stare bună de sănătate și să prevină îmbolnăvirile.
-----------------------------------	--

7. Conținutul predării și învățării

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
------	---------	-------------------	------------

Obiectul și principiile alimentației	2	Prelegerea, conversația euristică, explicația
Alimentația, factor de sanogeneză		
Sistemul digestiv	2	
Definirea termenilor		
Procesele tractusului digestiv: digestie, secreție, absorbție și motilitate		
Rolul secreției la nivelul tubului digestiv		
Flora intestinală normală		
Alimentația omului sănătos - necesarul caloric și nutrițional	4	
Necesarul energetic al organismului uman		
Proteinele		
Glucidele		
Lipidele		
Vitaminele		
Sărurile minerale		
Alimentația omului sănătos - aportul neadecvat de energie prin alimentație	4	
Subalimentația		
Obezitatea		
Valoarea nutritivă a laptelui și a cărnii	3	
Produsele lactate acide		
Brânzeturile		
Rația de lapte și efectele consumului neadecvat		
Compoziția și importanța cărnii ca aliment		
Particularitățile diferitelor specii de carne		
Rația de carne și efectele consumului neadecvat		
Valoarea nutritivă a ouălor și a cerealelor	3	
Structura anatomică a oului		
Valoarea nutritivă – avantaje - dezavantaje		
Structura bobului de cereale		
Valoarea nutritivă - avantaje - dezavantaje		
Digestia derivatelor cerealiere		
Panificația		
Rația și efectele consumului neadecvat		
Valoarea nutritivă a legumelor și a zahărului	2	
Clasificarea fructelor		
Forme de păstrare a legumelor și fructelor		
Valoarea nutritivă a legumelor și fructelor		
Necesitățile organismului și consumul neadecvat		
Clasificare și mod de obținere a zahărului și a produselor zaharoase		
Valoarea nutritivă și consecințele consumului neadecvat		
Valoarea nutritivă a grăsimilor și condimentelor	2	
Valoarea nutritivă, rația și efectele consumului neadecvat de grăsimi		
Valoarea nutritivă și beneficiile condimentelor		
Valoarea nutritivă a băuturilor alcoolice și nealcoolice	2	
Valoarea nutritivă a băuturilor nealcoolice		
Absorbția și metabolizarea etanolului		
Valoarea nutritivă a băuturilor alcoolice		
Avantajele și dezavantajele nutriționale ale procesării alimentelor	2	
Prelucrarea culinară și industrială a alimentelor		
Recapitulare și aprofundarea cunoștințelor	2	
Bibliografie minimală recomandată		

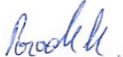
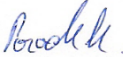
1.Poroch-Serițan M., 2006, Igiena alimentație, Editura Universității din Suceava,
2.Poroch-Serițan M., 2025, Principiile nutriție umană, Note de curs, Suceava – google classroom


Aplicații (seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Evaluarea necesarului caloric și nutrițional	2	Studiu de caz	
2. Efectele aportului neadecvat de energie	1	Lucru individual	
3. Alcătuirea meniurilor	2	Explicația	


4. Exemple practice ale avantajelor și dezavantajelor nutriționale prin procesarea materiilor prime alimentare	3		
5. Conservarea adecvată a alimentelor – premisă a sanogenezei	2		
6. Tendințe actuale privind alimentația	2		
7. Recapitulare și aprofundarea cunoștințelor	2		
Bibliografie minimală recomandată			
Poroch-Serițan M., 2025, <i>Principiile nutriție umană</i> , Note de curs, Suceava – google classroom			

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	1. asimilarea, sinteza și utilizarea termenilor specifici (CP.4)	Examen scris – test docimologic, urmat de verificarea orală a gradului de îndeplinire a cerințelor în lucrarea scrisă	50%
Seminar	1. participarea la activitatea de seminar; 2. elaborarea și prezentarea studiului de caz (CP 4, CT3).	Verificarea orală a cunoștințelor la orele de seminar, studiu realizat individual	50%
Laborator/ Lucrări practice			
Proiect			

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
10.09.2025	Conf. univ. dr. bioing. Maria POROCH-SERIȚAN 	Conf. univ. dr. bioing. Maria POROCH-SERIȚAN 

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
15.09.2025	Șef de lucrări univ.dr.ing. Eufrozina ALBU 

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
15.09.2025	Șef de lucrări univ. dr. ing. Amelia BUCULEI 

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
16.09.2025	Prof. univ. dr. ing. Mircea Adrian OROIAN 