Universitatea

Ștefan cel Mare

Suceava



**FIȘA DISCIPLINEI**

1. **Date despre program**

|  |  |
| --- | --- |
| Facultatea | Inginerie Alimentară |
| Departamentul | Tehnologii Alimentare, Siguranţa Producţiei Alimentare şi a Mediului |
| Domeniul de studii | Ingineria Produselor Alimentare |
| Ciclul de studii | **Licenţă** |
| Programul de studii | **Ingineria Produselor Alimentare** |

1. **Date despre disciplină**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Denumirea disciplinei | | | **Principiile nutriției umane** | | | | | |
| Anul de studiu | | III | | Semestrul | 5 | Tipul de evaluare | C | |
| Regimul disciplinei | Categoria formativă a disciplinei  DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară | | | | | | | DD |
| Categoria de opționalitate a disciplinei:  DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă | | | | | | | DOB |

1. **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 |

1. **Competențe specifice acumulate**

|  |  |
| --- | --- |
| Competențe profesionale/generale | C.P. 12. Elaborează proceduri standard de operare de-a lungul lanţului alimentar  C.P. 13. Utilizează tehnologii noi în fabricarea alimentelor |
| Competențe transversale | C.T.3. Aplică cunoştinţe ştiinţifice, tehnologice şi inginereşti |

1. **Rezultatele învățării**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Cunoștințe | Aptitudini | Responsabilitate și autonomie |
| Studentul/absolventul descrie, identifică, sumarizează concepte și noțiuni inginerești și modul lor de aplicare în probleme concrete de uz general specifice programului de studii Ingineria 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, evaluază calitatea produselor alimentare pe baza cunoștințelor de analiză senzorială, determină valorile alimentare (nutritive și energetice) ale produselor alimentare. Studentul/absolventul utilizează metode și instrumente specifice pentru studiul, analiza,  sinteza și realizarea sistemelor și  echipamentelor specifice programului de studii Ingineria produselor alimentare. | Studentul/absolventul gestionează procesele de producție în vederea optimizării și reducerii pierderilor de producție și a costurilor generale de fabricație. |

1. **Obiectivele disciplinei** (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

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

1. **Conținutul predării și învățării**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Curs | Nr. ore | Metode de predare | Observații |
| *Obiectul şi principiile alimentaţiei* | 2 | Prelegerea, conversaţia  euristică, explicaţia |  |
| Alimentaţia, factor de sanogeneză |
| *Sistemul digestiv* | 2 |
| Definirea termenilor |
| Procesele tractusului digestiv: digestie, secreţie, absorbţie şi motilitate |
| Rolul secreţiei la nivelul tubului digestiv |
| Flora intestinală normală |
| *Alimentaţia omului sănătos - necesarul caloric și nutrițional* | 4 |
| Necesarul energetic al organismului uman |
| Proteinele |
| Glucidele |
| Lipidele |
| Vitaminele |
| Sărurile minerale |
| *Alimentaţia omului sănătos - aportul neadecvat de energie prin alimentaţie* | 4 |
| Subalimentaţia |
| Obezitatea |
| *Valoarea nutritivă a laptelui şi a cărnii* | 3 |
| Produsele lactate acide |
| Brânzeturile |
| Raţia de lapte şi efectele consumului neadecvat |
| Compoziţia şi importanţa cărnii ca aliment |
| Particularităţile diferitelor specii de carne |
| Raţia de carne şi efectele consumului neadecvat |
| *Valoarea nutritivă a ouălor şi a cerealelor* | 3 |
| Structura anatomică a oului |
| Valoarea nutritivă – avantaje - dezavantaje |
| Structura bobului de cereale |
| Valoarea nutritivă - avantaje - dezavantaje |
| Digestia derivatelor cerealiere |
| Panificaţia |
| Raţia şi efectele consumului neadecvat |
| *Valoarea nutritivă a legumelor şi a zahărului* | 2 |
| Clasificarea fructelor |
| Forme de păstrare a legumelor şi fructelor |
| Valoarea nutritivă a legumelor şi fructelor |
| Necesităţile organismului şi consumul neadecvat |
| Clasificare şi mod de obţinere a zahărului şi a produselor zaharoase |
| Valoarea nutritivă şi consecinţele consumului neadecvat |
| *Valoarea nutritivă a grăsimilor şi condimentelor* | 2 |
| Valoarea nutritivă, raţia şi efectele consumului neadecvat de grăsimi |
| Valoarea nutritivă şi beneficiile condimentelor |
| *Valoarea nutritivă a băuturilor alcoolice şi nealcoolice* | 2 |
| Valoarea nutritivă a băuturilor nealcoolice |
| Absorbţia şi metabolizarea etanolului |
| Valoarea nutritivă a băuturilor alcoolice |
| *Avantajele şi dezavantajele nutriţionale ale procesării alimentelor* | 2 |
| Prelucrarea culinară şi industrială a alimentelor |
| *Recapitulare și aprofundarea cunoștințelor* | 2 |
| Bibliografie minimală recomandată | | | |
| 1. Poroch-Seriţan M.,2006, *Igiena alimentaţie*,Editura Universităţii din Suceava, 2. Poroch-Seriţan M., 2025, *Principiile nutriţie 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  Lucru individual  Explicaţia |  |
| 2. Efectele aportului neadecvat de energie | 1 |
| 3. Alcătuirea meniurilor | 2 |
| 4. Exemple practice ale avantajelor şi dezavantajelor nutriţionale prin procesarea materiilor prime alimentare | 3 |
| 5. Conservarea adecvată a alimentelor – premisă a sanogenezei | 2 |
| 6. Tendinţe actuale privind alimentaţia | 2 |
| 7. Recapitulare și aprofundarea cunoștințelor | 2 |
| Bibliografie minimală recomandată | | | |
| Poroch-Seriţan M., 2025, *Principiile nutriţie umană*, Note de curs, Suceava – google classroom | | | |

1. **Evaluare**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tip activitate | Criterii de evaluare | Metode de evaluare | Pondere din nota finală |
| Curs | 1. asimilarea, sinteza și utilizarea termenilor specifici (CP.12)  2. evaluează proprietățile organoleptice, fizico-chimice și microbiologice ale materiilor prime și ale produselor alimentare (CP13) | 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 12, CT3). | Verificarea orală a cunoştinţelor 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 |
| 12.09.2025 | Conf. univ. dr. bioing. Maria POROCH-SERIŢAN | Conf. univ. dr. bioing. Maria POROCH-SERIŢAN |

|  |  |
| --- | --- |
| Data avizării | Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program |
| 13.09.2025 | Conf. univ. dr. bioing. Maria POROCH-SERIŢAN |

|  |  |
| --- | --- |
| Data avizării în departament | Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament |
| 15.09.2025 | Şef 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 |