

Wymagania edukacyjne
do przedmiotu:

Zasady żywienia
na podstawie programu nauczania dla zawodu:
Kucharz 512001
Klasa 3k

Poziomy wymagań edukacyjnych:

Dział programowy	Tematy jednostek metodycznych	Poziom wymagań				
		Dopuszczający	dostateczny	dobry	bardzo dobry	celujący
Wartość odżywcza produktów spożywczych	Podział produktów spożywczych na grupy	dzieli produkty spożywcze na grupy	charakteryzuje wartość odżywczą poszczególnych grup produktów	zna zasady zmienności produktów spożywczych	stosuje zmiennosc produktów spożywczych w grupie i między grupami	

Wpływ procesów technologicznych na wartość odżywczą	1. Zmiany zachodzące w żywności pod wpływem procesów technologicznych i obróbki kulinarnej	podzieli produkty spożywcze na grupy	scharakteryzuje wartość odżywczą podstawowych grup produktów	scharakteryzuje wartość odżywczą poszczególnych grup produktów	zastosuje zamienność produktów spożywczych w grupie i między grupami	stosuje różne źródła informacji w celu poszerzenia swoich wiadomości i doskonali umiejętności z zakresu realizowanego materiału; bierze udział w konkursach i olimpiadach, układa jadłospisy w różnych dietach
	2. Zmiany zawartości składników odżywczych podczas przetwarzania żywności	określa wpływ procesów przetwarzania żywności na zawartość w niej poszczególnych składników odżywczych	planuje proces technologiczny sporządzania potraw i napojów zgodnie z zasadami bezpieczeństwa higieny pracy i ergonomii	rozdziela metody obróbki wstępnej i właściwej surowców i półproduktów w sporządzaniu potraw i napojów	rozpoznaje nowoczesne metody sporządzania potraw i napojów (np. sous-vide itp.)	
	3. Substancje szkodliwe, powstające podczas obróbki technologicznej i kulinarnej żywności	wymienia zasady prawidłowego prowadzenia procesów technologicznych	wyjaśnia negatywne zmiany chemiczne zachodzące w produktach przy niezachowaniu reżimu technologicznego (bezpieczeństwo i higiena żywności)	wyjaśnia wpływ warunków przechowywania żywności na wartość odżywczą; wskazuje zmiany, jakie mogą zachodzić w surowcach i półproduktach podczas poszczególnych procesów obróbki	wymieni sposoby zapobiegania powstawaniu substancji szkodliwych podczas obróbki technologicznej i kulinarnej żywności	

Podstawy dietetyki	Dieta podstawowa. Podział, charakterystyka i zastosowanie diet leczniczych	wymienia podstawowe diety lecznicze	charakteryzuje dietę podstawową stosowaną w lecznictwie; charakteryzuje dietę łatwostrawną ; charakteryzuje dietę cukrzycową	zna zasady planowania diety	planuje dietę łatwostrawną; planuje dietę cukrzycową
Zwyczaje żywieniowe a alternatywne sposoby żywienia	1. Zwyczaje i nawyki żywieniowe w Polsce i na świecie	wymienia trendy i zmiany w polskich zwyczajach żywieniowych	charakteryzuje trendy i zwyczaje kulturowe z podziałem na wierzenia religijne i przynależność etniczną; określa zwyczaje żywieniowe innych narodów	określa wpływ sposobu żywienia na zdrowie	określa wpływ religii na kulturę żywieniową narodów
	2. Diety alternatywne i ich wpływ na zdrowie.	wymienia i rozróżnia alternatywne sposoby żywienia	podaje definicje wegetarianizmu, makrobiotyizmu, żywienia alternatywnego; wskazuje zalety i wady żywienia alternatywnego	określa wartość odżywczą diet wegetariańskich, makrobiotycznych i alternatywnych	analizować wpływ suplementacji na funkcjonowanie organizmu człowieka