

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Петровская Анна Викторовна

Должность: Директор

Дата подписания: 18.09.2025 16:35:26

Уникальный программный ключ:

798bda6555fbdebe827768f6f1710bd17a9070c31fdc1b6a6ac5a1f10c8c5199

*Приложение 6 к основной профессиональной образовательной программе*

*по направлению подготовки 19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания,*

*направленность (профиль) программы Технология и организация ресторанного бизнеса*

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования**

**«Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова»**

**Краснодарский филиал РЭУ им Г.В. Плеханова**

**Факультет экономики, менеджмента и торговли**

**Кафедра товарной экспертизы, технологии торговли и ресторанного бизнеса**

**ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ «СОВРЕМЕННЫЕ СИСТЕМЫ И КОНЦЕПЦИИ  
ПИТАНИЯ»**

**Направление подготовки 19.03.04 Технология продукции и организация обществен-  
ного питания**

**Направленность (профиль) программы «Технология и организация ресторанного  
бизнеса»**

**Уровень высшего образования *Бакалавриат***

**Год начала подготовки 2024**

**Краснодар – 2023 г.**

Составитель:

к.т.н., доцент, доцент кафедры товарной экспертизы, технологии торговли и ресторанного бизнеса М.В. Ксенз

Оценочные материалы одобрены на заседании кафедры товарной экспертизы, технологии торговли и ресторанного бизнеса, протокол №7 от 28.02.2023 г.

## ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

по дисциплине «Современные системы и концепции питания»

### ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНЦИЙ С УКАЗАНИЕМ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ И ЭТАПОВ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

| Формируемые компетенции                                                                  | Индикаторы достижения компетенций                                                                                                                           | Результаты обучения (знания, умения)                                                                                                                                                                                                         | Наименование контролируемых разделов и тем                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 1                                                                                        | 2                                                                                                                                                           | 3                                                                                                                                                                                                                                            | 4                                                                 |
| ПК-5. Способен осуществлять взаимодействие с потребителями и заинтересованными сторонами | ПК-5.1. Осуществляет проведение встреч, переговоров и презентаций продукции и услуг предприятия питания потребителям, партнерам и заинтересованным сторонам | ПК-5.1. 3-3. <b>Знает</b> основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон | Тема 1 Предмет и задачи курса. Теории питания                     |
|                                                                                          |                                                                                                                                                             | ПК-5.1. У-3. <b>Умеет</b> осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания                                                                                |                                                                   |
|                                                                                          |                                                                                                                                                             | ПК-5.1. 3-3. <b>Знает</b> основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон | Тема 2 Нетрадиционные виды питания                                |
|                                                                                          |                                                                                                                                                             | ПК-5.1. У-3. <b>Умеет</b> осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания                                                                                |                                                                   |
|                                                                                          |                                                                                                                                                             | ПК-5.1. 3-3. <b>Знает</b> основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон | Тема 3 Религия и питание                                          |
|                                                                                          |                                                                                                                                                             | ПК-5.1. У-3. <b>Умеет</b> осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания                                                                                |                                                                   |
|                                                                                          |                                                                                                                                                             | ПК-5.1. 3-3. <b>Знает</b> основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон | Тема 4 Концепция здорового питания (позитивного, функционального) |
|                                                                                          |                                                                                                                                                             | ПК-5.1. У-3. <b>Умеет</b> осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания                                                                                |                                                                   |
|                                                                                          |                                                                                                                                                             | ПК-5.1. 3-3. <b>Знает</b> основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон | Тема 5 Основы специального питания                                |

| 1 | 2 | 3                                                                                                                                                             | 4 |
|---|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|   |   | ПК-5.1. У-3. <b>Умеет</b> осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания |   |

# МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИЕ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

## Перечень учебных заданий на аудиторных занятиях

### Вопросы для проведения собеседования обучающихся

#### Индикатор достижения: ПК-5.1.

#### Тема 1 Предмет и задачи курса. Теории питания

1. Дать характеристику рациональному питанию.
2. Дать характеристику принципов рационального питания.
3. Дать характеристику физиологическим нормам питания.
4. Дать характеристику величин (норм) потребления пищевых и биологически активных веществ.
5. Что такое адекватный уровень потребления?
6. Что такое верхний допустимый уровень потребления?
7. Дать характеристику законам питания.
8. Дать характеристику античной теории питания.
9. Дать характеристику теории сбалансированного питания.
10. Дать характеристику теории адекватного питания.
11. Что представляет собой концепция дифференцированного питания?
12. Назовите основоположника концепции дифференцированного питания.
13. Положительные и отрицательные стороны и ограничения концепции дифференцированного питания.
14. Что представляет собой концепция оптимального питания?
15. Что представляет собой концепция дифференцированного питания?
16. Что представляет собой концепция направленного (целевого) питания?
17. Что представляет собой концепция индивидуального питания?
18. Что представляет собой концепция осознанного питания?

#### Тема 2 Нетрадиционные виды питания

1. Нетрадиционное питание.
2. Дать характеристику вегетарианству (сыроедение и сухоедение).
3. Дать характеристику концепции раздельного питания.
4. Дать характеристику концепции безуглеводного и белкового питания.
5. Дать характеристику концепции главного пищевого фактора.
6. Дать характеристику концепции мегадоз аскорбиновой кислоты, предложенная Л. Полингом.
7. Дать характеристику концепции питания предков.
8. Дать характеристику концепции «мнимых» лекарств.
9. Дать характеристику теории адекватного целебно-видового питания по Шаталовой.
10. Дать характеристику системе питания по Ниши.
11. Дать характеристику питанию в дзенмакробиотике.
12. Голодание – плюсы и минусы.
13. Перечислить принципы, на которых строятся альтернативные теории питания.
14. Дать характеристику системе индустриального питания.

### **Тема 3 Религия и питание**

1. Пищевые запреты и ограничения (посты), обычаи, традиции и другие предписания.
2. Зависимость от религиозных верований культуры, традиций и питания народов.
3. Влияние православных постов на питание.
4. Особое влияние церкви на питание народов, как неоспоримый и значительный факт.
5. Влияние религий на питание различных народов (буддизм, даосизм, конфуцианство, синтоизм, зороастризм, даосизм, конфуцианство, индуизм, иудаизм, христианство и др.).
6. Метод «девяти форм пищевого поста».
7. Система питания Аюрведы.
8. Питание в системе учения йоги.

### **Тема 4 Концепция здорового (позитивного, функционального) питания. Функциональные ингредиенты. Критический анализ монопродуктовых и краткосрочных диет**

1. История развития концепции здорового (позитивного, функционального).
2. Положительное влияние функциональных продуктов питания на здоровье человека.
3. Функциональные ингредиенты, классификация.
4. Представление о физиологическом воздействии основных видов функциональных ингредиентов.
5. Что такое функциональные продукты.
6. Дать характеристику групп продуктов функционального питания: зерновые завтраки, молочные продукты, жировые эмульсионные продукты и растительные масла, безалкогольные напитки.
7. Что такое функциональная пища.
8. Дать характеристику монопродуктовых и краткосрочных диет.

### **Тема 5 Основы специального питания**

1. Что включает в себя понятие «режим питания»?
2. От каких факторов зависит кратность приема пищи?
3. Какие факторы необходимо учитывать при составлении суточного рациона?
4. В каких случаях предусматривают второй завтрак и полдник?
5. Для каких блюд лечебно-профилактического питания предусмотрен выход на 1000 г готовой продукции?
6. Для каких блюд лечебно-профилактического питания предусмотрен выход в граммах на одну порцию?
7. Пищевая ценность блюда.
8. Энергетическая ценность блюда.
9. Сущность расчета химического состава блюд и кулинарной продукции.
10. Факторы, влияющие на усвоение белков, жиров и углеводов.
11. Спортивное питание.
12. Значение питания в спорте заключается в нескольких аспектах.
13. Питание, как важнейший фактор предотвращения накопления радионуклидов в организме людей.
14. Основные положения современной концепции радиозащитного питания.

### **Критерии оценки:**

**1,0 балл** выставляется студенту, если он свободно отвечает на теоретические вопросы и показывает глубокие знания изученного материала,

**0,8 баллов** выставляется студенту, если его ответы на теоретические вопросы не достаточно полные, имеются ошибки при ответах на дополнительные вопросы,

**0,5 баллов** выставляется студенту, если он отвечает на 50% задаваемых вопросов и частично раскрывает содержание дополнительных вопросов,

**0,2 балла** выставляется студенту, если он теоретическое содержание курса освоил частично или отсутствует ориентация в излагаемом материале, нет ответов на задаваемые дополнительные вопросы.

### **Перечень вопросов для проведения форумов, дискуссий**

**Индикатор достижения: ПК-5.1.**

#### **Тема 1 Предмет и задачи курса. Теории питания**

#### **Вопросы для обсуждения на форуме по теме «Вопросы питания в трудах древних»**

1. Дайте определение понятиям диета и система питания; приведите примеры известных вам систем питания и дайте краткую характеристику одной из них.
2. Почему Гиппократ называют отцом диететики?
3. Какой вклад внес в диететику Авиценна?
4. Какой вклад внес в диететику Гален?

#### **Вопросы для обсуждения в рамках дискуссии по теме «Теории питания»**

1. Дать краткую характеристику теории сбалансированного питания.
2. Дать краткую характеристику теории адекватного питания.
3. Основные принципы теории адекватного питания.
4. Какие различия существуют между теориями сбалансированного и адекватного питания?
5. Кто является основоположником теории сбалансированного питания?
6. Кто является основоположником теории адекватного питания?
7. В чем заключается критицизм теории сбалансированного питания?

#### **Вопросы для обсуждения в рамках дискуссии по теме «Физиологические нормы питания и уровни потребления пищевых и биологически активных веществ»**

1. На каких принципах рационального питания базируются нормы питания, действующие в России?
2. Для чего являются основой физиологические нормы питания?
3. На какие группы в Нормах распределяется детское население по возрасту?
4. На какие группы в Нормах распределяется взрослое трудоспособное население в зависимости от характера труда?
5. С учетом каких факторов разрабатываются Нормы питания?
6. Что такое рекомендуемые величины потребления пищевых веществ?
7. Что такое адекватный уровень потребления?
8. Что такое верхний допустимый уровень потребления?

#### **Вопросы для обсуждения в рамках дискуссии по теме «Современные концепции питания»**

1. Дать характеристику концепции оптимального питания.
2. Дать характеристику концепции дифференцированного питания.
3. Дать характеристику концепции направленного (целевого) питания.
4. Дать характеристику концепции индивидуального питания.

5. Дать характеристику концепции осознанного питания.
6. Провести сравнение известных современных концепций питания.

**Вопросы для обсуждения в рамках дискуссии по теме «Основные положения концепции дифференцированного питания»**

1. Дать краткую характеристику концепции дифференцированного питания.
2. Кто является основоположником концепции дифференцированного питания?
3. В чем заключается критицизм концепции дифференцированного питания?
4. Причины, побудительные мотивы для перехода на дифференцированного питания.
5. Назовите положительные стороны и ограничения концепции дифференцированного питания.

**Тема 2 Нетрадиционные виды питания**

**Вопросы для обсуждения в рамках дискуссии по теме «Основные положения концепции вегетарианства»**

1. Дайте характеристику вегетарианства и особенности его отдельных направлений.
2. История вегетарианства, как социального явления.
3. Причины, побудительные мотивы для перехода на вегетарианство.
4. Вегетарианство, религия и философия – что в них есть общего?
5. Особенности хозяйственной деятельности предприятия питания, декларирующих себя, как вегетарианские.

**Вопросы для обсуждения в рамках дискуссии по теме «Основные положения концепции раздельного питания»**

1. Дать краткую характеристику концепции раздельного питания.
2. Кто является основоположником концепции раздельного питания?
3. В чем заключается критицизм концепции раздельного питания?
4. Причины, побудительные мотивы для перехода на раздельное питание.
5. Назовите положительные стороны и ограничения концепции раздельного питания.

**Вопросы для обсуждения на форуме по теме «Основные положения концепций безуглеводного и белкового питания»**

1. Дать краткую характеристику концепции безуглеводного питания.
2. Дать краткую концепции белкового питания.
3. Кто является основоположником концепции безуглеводного питания?
4. Кто является основоположником концепции белкового питания?
5. В чем заключается критицизм концепции безуглеводного питания?
6. В чем заключается критицизм концепции белкового питания?

**Тема 4 Концепция здорового (позитивного, функционального) питания. Функциональные ингредиенты. Критический анализ монопродуктовых и краткосрочных диет**

**Вопросы для обсуждения в рамках дискуссии по теме «Концепция здорового питания (позитивного, функционального). Функциональные ингредиенты»**

1. История происхождения концепция здорового (позитивного, функционального) питания.
2. Влияние функциональных продуктов питания на здоровье.
3. Потребительские свойства функциональных продуктов.



4. Основные виды функциональных ингредиентов, используемые на сегодняшнем этапе развития (по теории Д. Поттера).

**Вопросы для обсуждения в рамках дискуссии по теме «Критический анализ монопродуктовых и краткосрочных диет»**

1. Перечислите основные объективные причины общего ухудшения здоровья людей.
2. Какие краткосрочные диеты Вы знаете и в чем их опасность?
3. Какие монопродуктовые диеты Вы знаете и в чем их опасность?
4. Охарактеризуйте основные признаки здорового питания.
4. Какие монопродуктовые и краткосрочные диеты могут быть использованы в индустрии питания?
5. Какую роль предприятия питания играют в поддержании здоровья нации?

**Критерии оценки дискуссии:**

**2 балла** выставляется обучающемуся, если он **знает верно и в полном объеме:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Умеет верно и в полном объеме:** осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

**1 балла** выставляется обучающемуся, если он **знает с незначительными замечаниями:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Умеет с незначительными замечаниями:** осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

**0,5 балла** выставляется обучающемуся, если он **знает на базовом уровне, с ошибками:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Умеет на базовом уровне, с ошибками:** осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

**0,2 балла** выставляется обучающемуся, если он **не знает на базовом уровне:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Не умеет на базовом уровне:** осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

**Критерии оценки форума:**

**4 балла** выставляется обучающемуся, если он **знает верно и в полном объеме:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Умеет верно и в полном объеме:** осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

**3 балла** выставляется обучающемуся, если он **знает с незначительными замечаниями:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Умеет с незначительными замечаниями:** осуществлять разработку современных систем питания и эс-

стетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

**2 балла** выставляется обучающемуся, если он **знает на базовом уровне, с ошибками:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Умеет на базовом уровне, с ошибками:** осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

**1 балл** выставляется обучающемуся, если он **не знает на базовом уровне:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Не умеет на базовом уровне:** осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

-

## Задания для текущего контроля

### Тестовые задания

#### Индикатор достижения: ПК-5.1.

#### Тема 3 Религия и питание

##### 1.Тестовый вопрос 1:

Пост – это:

- а) голодание и отказ от определенных видов пищи в определенный промежуток времени;
- б) не голодание, а отказ от определенных видов пищи в определенный промежуток времени;
- в) употребление пищи в сыром виде.

##### 2.Тестовый вопрос 2:

Пища мусульман должна быть:

- а) халяльной;
- б) кошерной (пригодной, подходящей).

##### 3.Тестовый вопрос 3:

Можно ли назвать пост «диетой»?

- а) нет;
- б) да.

##### 4.Тестовый вопрос 4:

Кошерное питание (питание иудеев) считается:

- а) нерациональным и нездоровым;
- б) рациональным и здоровым.

##### 5.Тестовый вопрос 5:

В какой религии существует ритуал – махапрасад, когда пища готовится в храме и раздается всем пономникам?

- а) будизм;
- б) иудаизм;
- в) индуизм.

##### 6.Тестовый вопрос 6:

Согласно системе питания Аюверды наиболее выраженным терапевтическим эффектом обладают продукты:

- а) со сладким вкусом;
- б) с кислым вкусом;
- в) с горьким вкусом;
- г) с соленым вкусом.

##### 7.Тестовый вопрос 7:

Согласно системе питания Аюверды к продуктам, уравнивающим все жизненные принципы, относят:

- а) только продукты животного происхождения;
- б) томаты, коровье молоко, петрушку, сливочное масло, чернослив;
- в) томаты, материнское молоко, укроп, подсолнечное и кукурузное масло, чернослив;
- г) только продукты растительного происхождения.

##### 8.Тестовый вопрос 8:

Йога пропагандирует:

- а) индустриальное питание;
- б) раздельное питания;
- в) лактовегетарианство.

##### 9.Тестовый вопрос 9:

Пища иудеев должна быть:

- а) халяльной;
- б) кошерной (пригодной, подходящей).

**10.Тестовый вопрос 10:**

С позиции диетологии пост –это:

- а) отличная возможность разнообразить свой рацион новыми натуральными продуктами растительного происхождения и вкусными полезными блюдами;
- б) отличная возможность разнообразить свой рацион новыми натуральными продуктами животного происхождения и вкусными полезными блюдами.
- в) диета.

**11.Тестовый вопрос 11:**

В какой религии строго запрещено употребление мясных и молочных продуктов вместе:

- а) будизм;
- б) иудаизм;
- в) христианство.

**12.Тестовый вопрос 12:**

В какой религии пища предлагается сначала богам:

- а) будизм;
- б) иудаизм;
- в) индуизм.

**13.Тестовый вопрос 13:**

В какой религии шесть постов?

- а) будизм;
- б) иудаизм;
- в) индуизм.

**14.Тестовый вопрос 14:**

Питание по Аюверде позволяет:

- а) поддерживать оптимальный для человека вес и лечить многие заболевания;
- б) только лечить многие заболевания;
- в) только поддерживать оптимальный для человека вес.

**15.Тестовый вопрос 15:**

Согласно системе питания Аюверды пища с (со) \_\_\_\_\_ вкусом обладает очищающим эффектом:

- а) сладким;
- б) кислым;
- в) горьким;
- г) соленым.

**16.Тестовый вопрос 16:**

В рацион питания йога не разрешено (или разрешено в ничтожно малых количествах) включать:

- а) сахар;
- б) чеснок и лук;
- в) дрожжевые продукты, выпечка, кондитерские изделия;
- г) кисломолочные продукты.

**17.Тестовый вопрос 17:**

Пища иудеев должна быть:

- 1) Халяльной
- 2) Кошерной (пригодной, подходящей)
- 3) Химической
- 4) Биологической

**18.Тестовый вопрос 18:**

Православные посты привели к появлению множества блюд:

- 1) Из мяса и рыбы
- 2) Из круп и мяса
- 3) С добавлением сахара и пряностей
- 4) Из растительных продуктов и рыбы

**19.Тестовый вопрос 19:**

В рацион питания йога не разрешено (или разрешено в ничтожно малых количествах) включать:

- 1) Сахар
- 2) Чеснок и лук
- 3) Дрожжевые продукты, выпечка, кондитерские изделия
- 4) Кисломолочные продукты

**20.Тестовый вопрос 20:**

К методу «девяти форм пищевого поста» относят:

- 1) Питание зерном и злаками и отказ от мясной пищи (вегетарианство)
- 2) Питание овощами и травами (сыроедение)
- 3) Соблюдение строгой дисциплины в количестве и времени приёма пищи
- 4) Питание пищей, содержащей только углеводы

**Тема 5 Основы специального питания**

**1.Тестовый вопрос 1:**

Основоположниками диетологии считают:

- а) Галена
- б) Цицерона
- в) Гиппократ
- г) Овидия

**2.Тестовый вопрос 2:**

Химический вид местного действия пищи:

- а) определяется объемом, консистенцией, степенью измельчения, характером тепловой обработки, качественным составом пищи;
- б) обусловлено веществами, которые входят в состав продуктов или образуются при кулинарной обработке;
- в) проявляется при контакте пищи со слизистыми оболочками полости рта, пищевода и желудка.

**3.Тестовый вопрос 3:**

Лечебно-профилактическое питание применяется в целях:

- а) снижения массы тела;
- б) выведения жидкости из организма;
- в) обогащения организма минеральными веществами;
- г) профилактики профессиональных заболеваний у рабочих с особо вредными условиями работы.

**4.Тестовый вопрос 4:**

Лечебно – профилактическое питание предназначено для:

- а) работников промышленных предприятий, работающих во вредных условиях труда;
- б) рабочих, имеющих признаки профессиональных заболеваний с целью предупреждения развития клинических признаков;
- в) здоровых людей трудоспособного возраста.

**5.Тестовый вопрос 5:**

Лечебно-профилактическое питание должно:

- а) повышать защитные функции физиологических барьеров организма (кожа, слизистые ЖКТ, носоглотки и дыхательных путей);

б) стабилизировать процессы выведения из организма ксенобиотиков и неблагоприятных продуктов их обмена;

в) повышать антитоксическую функцию органов и систем – мишеней, на которые могут воздействовать вредные факторы.

**6.Тестовый вопрос 6:**

Наиболее предпочтительным способом кулинарной обработки пищевого сырья в условиях повышенного загрязнения окружающей среды радиоактивными веществами является:

- а) варка в воде;
- б) варка на пару;
- в) жарка во фритюре;
- г) жарка основным способом.

**7.Тестовый вопрос 7:**

Спортсмены употребляют в \_\_\_\_ раз (а) больше калорий:

- а) 1,5;
- б) 2;
- в) 4;
- г) 3.

**8.Тестовый вопрос 8:**

Принципы рационального питания спортсменов:

- а) рацион питания соответствует энергетическим затратам;
- б) питание должно быть сбалансированным;
- в) питание должно содержать только продукты животного происхождения;
- г) пища должна легко и хорошо усваиваться организмом.

**9.Тестовый вопрос 9:**

Слово диета переводится, как

- а) режим питания;
- б) рацион питания;
- в) образ жизни.

**10.Тестовый вопрос 10:**

В рационах лечебно – профилактического питания для предупреждения задержки шлаков в организме:

- а) ограничивают поваренную соль;
- б) незначительно повышают содержание поваренной соли;
- в) увеличивают содержания сульфатов.

**11.Тестовый вопрос 11:**

Механический вид местного действия пищи:

- а) определяется объемом, консистенцией, степенью измельчения, характером тепловой обработки, качественным составом пищи;
- б) обусловлено веществами, которые входят в состав продуктов или образуются при кулинарной обработке;
- в) проявляется при контакте пищи со слизистыми оболочками полости рта, пищевода и желудка

**12.Тестовый вопрос 12:**

Температурный вид местного действия пищи:

- а) определяется объемом, консистенцией, степенью измельчения, характером тепловой обработки, качественным составом пищи;
- б) обусловлено веществами, которые входят в состав продуктов или образуются при кулинарной обработке;
- в) проявляется при контакте пищи со слизистыми оболочками полости рта, пищевода и желудка

**13.Тестовый вопрос 13:**

Лечебно – профилактическое питание основывается на принципах:

- а) рационального питания;
- б) сбалансированности питания
- в) диетического питания.

**14.Тестовый вопрос 14:**

Витамины включаются в лечебно-профилактические рационы:

- а) при необходимости в зависимости от индивидуальных особенностей работника;
- б) в составе пищевых продуктов;
- в) в виде чистых препаратов.

**15.Тестовый вопрос 15:**

При радиозащитном питании в рацион следует употреблять:

- а) витамины А и Е;
- б) пищевые волокна;
- в) уменьшенное количество жидкости;
- г) зеленый чай.

**16.Тестовый вопрос 16:**

Для спортсменов соотношение белков, жиров, углеводов должно быть:

- а) 1:2:4;
- б) 1:1:4;
- в) 1:3:4.

**17.Тестовый вопрос 17:**

Что является одним из главных правил составления пищевого рациона:

- 1) Разнообразие
- 2) Соответствие индивидуальным особенностям человека;
- 3) Соблюдение объема пищевых веществ
- 4) Соблюдение кратности приемов пищи

**18.Тестовый вопрос 18:**

170. Что подразумевают под понятием «болезнь цивилизации»:

- 1) Избыток используемых пищевых веществ
- 2) Недостаток используемых пищевых веществ
- 3) Недостаток витаминов
- 4) Недостаток белковых веществ

**19.Тестовый вопрос 19:**

Специальная диета типа Джиордано – Джиованетти показана людям:

- 1) С заболеваниями почек
- 2) С заболеваниями сердечно-сосудистой системы
- 3) С заболеваниями желудочно-кишечного тракта
- 4) С нарушенным обменом веществ

**20.Тестовый вопрос 20:**

Витамины в лечебно-профилактические рационы:

- 1) Включаются при необходимости в зависимости от индивидуальных особенностей работника
- 2) Включаются в составе пищевых продуктов
- 3) Включаются в виде чистых препаратов
- 4) Не включаются в рационы

**Критерии оценки:**

**2 балла** выставляется обучающемуся, при условии его правильного ответа на 18-20 тестовых вопросов;

**1,5 балла** выставляется обучающемуся при условии его правильного ответа на 15-17 тестовых вопросов;

**1 балл** выставляется обучающемуся при условии его правильного ответа на 10-14 тестовых вопросов;

**0 баллов** выставляется обучающемуся при условии его правильного ответа до 10 тестовых вопросов.

**Комплект заданий для выполнения контрольных работ**  
**Индикатор достижения: ПК-5.1.**

**Контрольная работа №1** проводится по темам 1 «Предмет и задачи курса. Теории питания», 2 «Нетрадиционные виды питания».

Вариант контрольной работы состоит из трех теоретических вопросов.

**Вариант 1**

1. Дать определение понятиям диета и система питания; приведите примеры известных вам систем питания и дайте краткую характеристику одной из них.
2. Причины, побудительные мотивы для перехода на дифференцированного питания.
3. Почему Гиппократ называют отцом диететики?

**Вариант 2**

1. Дать характеристику концепции дифференцированного питания.
2. История вегетарианства, как социального явления.
3. Какой вклад внес в диететику Авиценна?

**Вариант 3**

1. Дать характеристику концепции оптимального питания.
2. Назвать положительные стороны и ограничения концепции дифференцированного питания.
3. Какой вклад внес в диететику Гален?

**Вариант 4**

1. Дать характеристику теории сбалансированного питания.
2. Причины, побудительные мотивы для перехода на вегетарианство.
3. На каких принципах рационального питания базируются нормы питания, действующие в России?

**Вариант 5**

1. Дать характеристику теории адекватного питания.
2. Особенности хозяйственной деятельности предприятия питания, декларирующих себя, как вегетарианские.
3. В чем заключается критицизм теории сбалансированного питания?

**Вариант 6**

1. Основные принципы теории адекватного питания.
2. Назвать положительные стороны и ограничения концепции раздельного питания.
3. Для чего являются основой физиологические нормы питания?

**Вариант 7**

1. Дать характеристику концепции индивидуального питания.
2. Причины, побудительные мотивы для перехода на раздельное питание.
3. Вегетарианство, религия и философия – что в них есть общего?

**Вариант 8**

1. Дать характеристику концепции дифференцированного питания.
2. Голодание – плюсы и минусы.
3. Какие различия существуют между теориями сбалансированного и адекватного питания?

**Вариант 9**

1. Дать характеристику вегетарианства и особенности его отдельных направлений.



2. Провести сравнение известных современных концепций питания.
3. Что такое рекомендуемые величины потребления пищевых веществ?

#### **Вариант 10**

1. Дать характеристику концепции питания предков.
2. Перечислить принципы, на которых строятся альтернативные теории питания.
3. С учетом каких факторов разрабатываются Нормы питания?

**Контрольная работа №2** проводится по темам 3 «Религия и питание», 4 «Концепция здорового питания (позитивного, функционального). Функциональные ингредиенты. Критический анализ монопродуктовых и краткосрочных диет», 5 «Основы специального питания».

Вариант контрольной работы состоит из трех теоретических вопросов.

#### **Вариант 1**

1. Пищевые запреты и ограничения (посты), обычаи, традиции и другие предписания.
2. Метод «девяти форм пищевого поста».
3. Энергетическая ценность блюда.

#### **Вариант 2**

1. Зависимость от религиозных верований культуры, традиций и питания народов.
2. Перечислите основные объективные причины общего ухудшения здоровья людей.
3. Сущность расчета химического состава блюд и кулинарной продукции.

#### **Вариант 3**

1. Влияние православных постов на питание.
2. Питание в системе учения йоги.
3. Пищевая ценность блюда.

#### **Вариант 4**

1. Особое влияние церкви на питание народов, как неоспоримый и значительный факт.
2. Основные виды функциональных ингредиентов, используемые на современном этапе развития (по теории Д. Поттера).
3. Спортивное питание.

#### **Вариант 5**

1. Влияние религий на питание различных народов (буддизм, даосизм, конфуцианство, синтоизм, зороастризм, даосизм, конфуцианство, индуизм, иудаизм, христианство и др.).
2. Потребительские свойства функциональных продуктов.
3. Питание, как важнейший фактор предотвращения накопления радионуклидов в организме людей.

#### **Вариант 6**

1. Система питания Аюрведы.
2. Охарактеризовать основные признаки здорового питания.
3. Значение питания в спорте.

#### **Вариант 7**

1. История происхождения концепции здорового (позитивного, функционального) питания.
2. Факторы, влияющие на усвоение белков, жиров и углеводов.
3. Что включает в себя понятие «режим питания»?

#### **Вариант 8**

1. Влияние функциональных продуктов питания на здоровье.
2. Основные положения современной концепции радиозащитного питания.

3. Какие краткосрочные диеты Вы знаете и в чем их опасность?

#### **Вариант 9**

1. Перечислить основные объективные причины общего ухудшения здоровья людей.
2. Какие монопродуктовые и краткосрочные диеты могут быть использованы в индустрии питания?
3. Влияние функциональных продуктов питания на здоровье.

#### **Вариант 10**

1. Потребительские свойства функциональных продуктов.
2. Какую роль предприятия питания играют в поддержании здоровья нации?
3. От каких факторов зависит кратность приема пищи?

#### **Критерии оценки:**

**8 баллов** выставляется обучающемуся, если он **знает верно и в полном объеме:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Умеет верно и в полном объеме:** осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

**5 баллов** выставляется обучающемуся, если он **знает с незначительными замечаниями:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Умеет с незначительными замечаниями:** осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

**2 балла** выставляется обучающемуся, если он **знает на базовом уровне, с ошибками:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Умеет на базовом уровне, с ошибками:** осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

**менее 2 баллов** выставляется обучающемуся, если он **не знает на базовом уровне:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Не умеет на базовом уровне:** осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

## **Задания для творческого рейтинга**

### **Темы рефератов**

**Индикатор достижения: ПК-1.5.**

#### **Тема 1 Предмет и задачи курса. Теории питания**

1. Применение теорий сбалансированного и адекватного питания в индустрии питания.
2. Влияние изменений на рынке услуг индустрии питания на востребованность дополнительных услуг.
3. Корифеи древности о питании. Современная диететика и ее корни.
4. Ресторанный бизнес и системы питания: спрос рождает предложение.
5. Принципы выбора концепции питания.
6. Факторы, влияющие на выбор концепции питания, реализуемую в индустрии питания.
7. Научно-технический прогресс и инновации в индустрии питания, как источник проблем питания.

#### **Тема 2 Нетрадиционные виды питания**

1. Роль и значение углеводов в питании человека.
2. Роль и значение белков в питании человека.
3. Обзор вегетарианских предприятий питания мира.
4. Вегетарианские предприятия питания в моем родном городе.
5. Применение концепции раздельного питания в индустрии питания.
6. Создание предприятия быстрого питания с услугой раздельного питания.
7. Методики моделирования технологических процессов, направленных на формирование новых систем и концепций питания.

#### **Тема 3 Религия и питание**

1. Аюрведическая кулинарная практика.
2. Особенности питания в системе учения йоги.

#### **Тема 4 Концепция здорового (позитивного, функционального) питания. Функциональные ингредиенты. Критический анализ монопродуктовых и краткосрочных диет**

1. Пути и методы снижения риска набора избыточной массы тела.
2. Инновационные пути расширения ассортимента услуг в общественном питании.
3. Использование концепций и систем питания, как способ диверсификации бизнеса в общественном питании.

#### **Тема 5 Основы специального питания**

1. Принципы лечебно – профилактического питания для лиц, работающих на химических производствах.
2. Принципы лечебно – профилактического питания для лиц, работающих со специальными топливами.
3. Принципы лечебно – профилактического питания для лиц, работающих с радиоактивными веществами.
4. Принципы лечебно – профилактического питания для лиц, работающих в различных климатогеографических условиях.

### **Критерии оценки:**

**4 балла** выставляется обучающемуся, если он **знает верно и в полном объеме:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Умеет верно и в полном объеме:** осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

**3 балла** выставляется обучающемуся, если он **знает с незначительными замечаниями:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Умеет с незначительными замечаниями:** осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

**2 балла** выставляется обучающемуся, если он **знает на базовом уровне, с ошибками:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Умеет на базовом уровне, с ошибками:** осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

**1 балл** выставляется обучающемуся, если он **не знает на базовом уровне:** основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон. **Не умеет на базовом уровне:** осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.

# МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИЕ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ ВО ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Типовая структура зачетного задания

| Наименование оценочного средства                                                                                                            | Максимальное количество баллов |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| <b>Вопрос 1.</b> История вегетарианства, как социального явления.                                                                           | 10                             |
| <b>Вопрос 2.</b> Причины, побудительные мотивы для перехода на дифференцированного питания.                                                 | 10                             |
| <b>Практическое задание (задача).</b> Рассчитать калорийность яйца куриного жареного (белки – 13,61 г, жиры – 14,84 г, углеводы – 0,707 г). | 20                             |

Задания, включаемые в зачетное задание

| Номер вопроса | Перечень практических заданий к зачету                                                                                                                                    |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.            | Рассчитать калорийность яйца куриного жареного (белки – 13,61 г, жиры – 14,84 г, углеводы – 0,707 г).                                                                     |
| 2.            | Рассчитать калорийность яйца куриного вареного вкрутую (белки – 12,58 г, жиры – 10,61 г, углеводы – 1,12 г).                                                              |
| 3.            | Рассчитать калорийность яичницы глазуньи (белки – 12,9 г, жиры – 20,9 г, углеводы – 0,9 г).                                                                               |
| 4.            | Рассчитать калорийность грибов жареных (сушеных) (белки – 11,3 г, жиры – 24,4 г, углеводы – 1,2 г).                                                                       |
| 5.            | Рассчитать калорийность зефира, глазированного шоколадом (белки – 2,2 г, жиры – 12,3 г, углеводы – 68,4 г).                                                               |
| 6.            | Рассчитать калорийность меда пчелиного (белки – 0,8 г, жиры – 0 г, углеводы – 80,3 г).                                                                                    |
| 7.            | Рассчитать калорийность пирога персикового (белки – 1,9 г, жиры – 10,0 г, углеводы – 32,1 г).                                                                             |
| 8.            | Рассчитать калорийность пампушек с чесноком (белки – 8,6 г, жиры – 3,3 г, углеводы – 58,8 г).                                                                             |
| 9.            | Дать рекомендации и привести примеры по питанию в разгрузочные дни.                                                                                                       |
| 10.           | Рассчитать калорийность салата из огурцов и помидоров с добавлением сметаны (состав: огурцы – 50 г, помидоры – 50 г, сметана 15% - 1 ст. л. или 17 г).                    |
| 11.           | Рассчитать калорийность салата из огурцов и помидоров с добавлением подсолнечного масла (состав: огурцы – 50 г, помидоры – 50 г, подсолнечное масло - 1 ст. л. или 20 г). |
| 12.           | Рассчитать калорийность ржанных лепешек (белки -7,2 г, жиры – 1,4 г, углеводы – 44,7 г).                                                                                  |
| 13.           | Рассчитать калорийность сметаны (белки -2,6 г, жиры – 15,0 г, углеводы – 3,6 г).                                                                                          |
| 14.           | Составить общую схему рационального питания.                                                                                                                              |
| 15.           | Составить примерное меню вегетарианского предприятия общественного питания (ресторана или кафе).                                                                          |
| 16.           | Составить памятку для производственного и обслуживающего персонала о приготовлении блюд вегетарианской кухни.                                                             |
| 17.           | Составить памятку для производственного и обслуживающего персонала о приготовлении блюд по системе раздельного питания.                                                   |
| 18.           | Рассчитать калорийность риса дикого (черный, индийский) (белки – 14,73 г, жиры – 1,08 г, углеводы – 68,7 г).                                                              |

|     |                                                                                                                                                |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 19. | Рассчитать калорийность рисовой запеканки с творогом (белки – 5,1 г, жиры – 7,1 г, углеводы – 26,1 г).                                         |
| 20. | Рассчитать калорийность рисовой каши (белки – 2,4 г, жиры – 3,5 г, углеводы – 25,8 г).                                                         |
| 21. | Рассчитать калорийность спагетти со шпинатом, сухие (белки – 13,35 г, жиры – 1,57 г, углеводы – 64,21 г).                                      |
| 22. | Рассчитать калорийность языка говяжьего отварного (белки – 24,0 г, жиры – 15,0 г, углеводы – 2,7 г).                                           |
| 23. | Рассчитать калорийность яйца куриного, пашот (белки – 12,51 г, жиры – 9,47 г, углеводы – 0,71 г).                                              |
| 24. | Рассчитать калорийность постного печенья (белки - 8,6 г, жиры – 14,2 г, углеводы – 65,6 г).                                                    |
| 25. | Рассчитать калорийность гречневой крупы (белки - 12,6 г, жиры – 3,1 г, углеводы – 60,7 г).                                                     |
| 26. | Рассчитать калорийность пшеничной крупы (белки – 11,2 г, жиры – 2,0 г, углеводы – 65,7 г).                                                     |
| 27. | Рассчитать калорийность крупы рисовой (белки – 7,0 г, жиры – 1,0 г, углеводы – 74,0 г).                                                        |
| 28. | Рассчитать калорийность пирога яблочного (белки – 1,7 г, жиры – 11,0 г, углеводы – 36,2 г).                                                    |
| 29. | Составить примерное меню для диеты для больных сахарным диабетом 2 типа, легкой и средней тяжести, не получающих инсулина.                     |
| 30. | Составить примерное меню для диеты при ожирении как основном заболевании или сопутствующем при других болезнях, не требующих специальных диет. |
| 31. | Составить примерное меню для диеты при заболеваниях почек вне обострения.                                                                      |
| 32. | Рассчитать калорийность круассанов сливочных (белки – 8,2 г, жиры – 21,0 г, углеводы – 43,2 г).                                                |
| 33. | Рассчитать калорийность кумквата (белки – 1,88 г, жиры – 0,86 г, углеводы – 9,4 г).                                                            |
| 34. | Рассчитать калорийность личи (белки – 0,83 г, жиры – 0,44 г, углеводы – 15,23 г).                                                              |
| 35. | Рассчитать калорийность щуки припущенной (белки – 19,6 г, жиры – 1,2 г, углеводы – 0 г).                                                       |
| 36. | Рассчитать калорийность трески запеченной (белки – 6,0 г, жиры – 3,7 г, углеводы – 8,0 г).                                                     |

Типовой перечень вопросов к зачету

| Номер вопроса | Перечень вопросов к зачету                                                                         |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.            | Дайте характеристику вегетарианства и особенности его отдельных направлений                        |
| 2.            | История вегетарианства, как социального явления                                                    |
| 3.            | Причины, побудительные мотивы для перехода на вегетарианство                                       |
| 4.            | Вегетарианство, религия и философия – что в них есть общего?                                       |
| 5.            | Особенности хозяйственной деятельности предприятия питания, декларирующих себя, как вегетарианские |
| 6.            | Дать характеристику концепции раздельного питания                                                  |
| 7.            | В чем заключается критицизм концепции белкового питания?                                           |
| 8.            | Причины, побудительные мотивы для перехода на раздельное питание                                   |
| 9.            | Назовите положительные стороны и ограничения концепции раздельного питания                         |
| 10.           | Дать характеристику концепции главного пищевого фактора                                            |

|     |                                                                                                             |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11. | Дать характеристику концепции мегадоз аскорбиновой кислоты, предложенная Л. Полингом                        |
| 12. | Дать характеристику концепции питания предков                                                               |
| 13. | Для чего являются основой физиологические нормы питания?                                                    |
| 14. | На какие группы в Нормах распределяется детское население по возрасту?                                      |
| 15. | На какие группы в Нормах распределяется взрослое трудоспособное население в зависимости от характера труда? |
| 16. | С учетом каких факторов разрабатываются Нормы питания?                                                      |
| 17. | Что такое рекомендуемые величины потребления пищевых веществ?                                               |
| 18. | Что такое адекватный уровень потребления?                                                                   |
| 19. | Что такое верхний допустимый уровень потребления?                                                           |
| 20. | Дать характеристику концепции оптимального питания                                                          |
| 21. | Дать характеристику концепции дифференцированного питания                                                   |
| 22. | Дать характеристику концепции направленного (целевого) питания                                              |
| 23. | Дать характеристику концепции индивидуального питания                                                       |
| 24. | Дать характеристику концепции осознанного питания                                                           |
| 25. | Провести сравнение известных современных концепций питания                                                  |
| 26. | Голодание – плюсы и минусы                                                                                  |
| 27. | Перечислить принципы, на которых строятся альтернативные теории питания                                     |
| 28. | Дать характеристику системе индустриального питания                                                         |
| 29. | Пищевые запреты и ограничения (посты), обычаи, традиции и другие предписания                                |
| 30. | Зависимость от религиозных верований культуры, традиций и питания народов                                   |
| 31. | Влияние православных постов на питание                                                                      |
| 32. | Почему Гиппократ называют отцом диететики?                                                                  |
| 33. | Какой вклад внес в диететику Авиценна?                                                                      |
| 34. | Какой вклад внес в диететику Гален?                                                                         |
| 35. | Дать характеристику теории сбалансированного питания                                                        |
| 36. | Дать характеристику теории адекватного питания                                                              |
| 37. | Кто является основоположником концепции раздельного питания?                                                |
| 38. | В чем заключается критицизм концепции раздельного питания?                                                  |
| 39. | Дать характеристику концепции безуглеводного питания                                                        |
| 40. | Дать определение концепции белкового питания                                                                |
| 41. | Кто является основоположником концепции безуглеводного питания?                                             |
| 42. | Кто является основоположником концепции белкового питания?                                                  |
| 43. | В чем заключается критицизм концепции безуглеводного питания?                                               |
| 44. | Основные принципы теории адекватного питания                                                                |
| 45. | Какие различия существуют между теориями сбалансированного и адекватного питания?                           |
| 46. | Кто является основоположником теории сбалансированного питания?                                             |
| 47. | Кто является основоположником теории адекватного питания?                                                   |
| 48. | В чем заключается критицизм теории сбалансированного питания?                                               |
| 49. | На каких принципах рационального питания базируются нормы питания, действующие в России?                    |
| 50. | Дать характеристику концепции «мнимых» лекарств                                                             |
| 51. | Дать характеристику теории адекватного целебно-видового питания по Шаталовой                                |
| 52. | Дать характеристику системе питания по Ниши                                                                 |

|     |                                                                                                                                                                     |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 53. | Дать характеристику питание в дзенмакробиотике                                                                                                                      |
| 54. | Дать характеристику концепции дифференцированного питания                                                                                                           |
| 55. | Кто является основоположником концепции дифференцированного питания?                                                                                                |
| 56. | В чем заключается критицизм концепции дифференцированного питания?                                                                                                  |
| 57. | Причины, побудительные мотивы для перехода на дифференцированного питания                                                                                           |
| 58. | Назовите положительные стороны и ограничения концепции дифференцированного питания                                                                                  |
| 59. | Дайте определение понятиям «диета» и «система питания»; приведите примеры известных вам систем питания и дайте краткую характеристику одной из них                  |
| 60. | Особое влияние церкви на питание народов, как неоспоримый и значительный факт                                                                                       |
| 61. | Влияние религий на питание различных народов (буддизм, даосизм, конфуцианство, синтоизм, зороастризм, даосизм, конфуцианство, индуизм, иудаизм, христианство и др.) |
| 62. | Метод «девяти форм пищевого поста»                                                                                                                                  |
| 63. | Система питания Аюрведы                                                                                                                                             |
| 64. | Питание в системе учения йоги                                                                                                                                       |
| 65. | История происхождения концепции здорового (позитивного, функционального) питания                                                                                    |
| 66. | Влияние функциональных продуктов питания на здоровье                                                                                                                |
| 67. | Потребительские свойства функциональных продуктов                                                                                                                   |
| 68. | Основные виды функциональных ингредиентов, используемые на сегодняшнем этапе развития (по теории Д. Поттера)                                                        |
| 69. | Перечислите основные объективные причины общего ухудшения здоровья людей                                                                                            |
| 70. | Какие краткосрочные диеты Вы знаете и в чем их опасность?                                                                                                           |
| 71. | Какие монопродуктовые диеты Вы знаете и в чем их опасность?                                                                                                         |
| 72. | Охарактеризуйте основные признаки здорового питания                                                                                                                 |

#### Практические задания (задачи) к зачету

| Номер вопроса | Перечень практических заданий к зачету                                                                       |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.            | Рассчитать калорийность яйца куриного жареного (белки – 13,61 г, жиры – 14,84 г, углеводы – 0,707 г).        |
| 2.            | Рассчитать калорийность яйца куриного вареного вкрутую (белки – 12,58 г, жиры – 10,61 г, углеводы – 1,12 г). |
| 3.            | Рассчитать калорийность яичницы глазуньи (белки – 12,9 г, жиры – 20,9 г, углеводы – 0,9 г).                  |
| 4.            | Рассчитать калорийность грибов жареных (сушеных) (белки – 11,3 г, жиры – 24,4 г, углеводы – 1,2 г).          |
| 5.            | Рассчитать калорийность зефира, глазированного шоколадом (белки – 2,2 г, жиры – 12,3 г, углеводы – 68,4 г).  |
| 6.            | Рассчитать калорийность меда пчелиного (белки – 0,8 г, жиры – 0 г, углеводы – 80,3 г).                       |
| 7.            | Рассчитать калорийность пирога персикового (белки – 1,9 г, жиры – 10,0 г, углеводы – 32,1 г).                |
| 8.            | Рассчитать калорийность пампушек с чесноком (белки – 8,6 г, жиры – 3,3 г, углеводы – 58,8 г).                |
| 9.            | Дать рекомендации и привести примеры по питанию в разгрузочные дни.                                          |
| 10.           | Рассчитать калорийность салата из огурцов и помидоров с добавлением сме-                                     |



|     |                                                                                                                                                                          |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     | таны (состав: огурцы – 50 г, помидоры – 50 г, сметана 15% - 1ст. л. или 17 г).                                                                                           |
| 11. | Рассчитать калорийность салата из огурцов и помидоров с добавлением подсолнечного масла (состав: огурцы – 50 г, помидоры – 50 г, подсолнечное масло - 1ст. л. или 20 г). |
| 12. | Рассчитать калорийность ржанных лепешек (белки -7,2 г, жиры – 1,4 г, углеводы – 44,7 г).                                                                                 |
| 13. | Рассчитать калорийность сметаны (белки -2,6 г, жиры – 15,0 г, углеводы – 3,6 г).                                                                                         |
| 14. | Составить общую схему рационального питания.                                                                                                                             |
| 15. | Составить примерное меню вегетарианского предприятия общественного питания (ресторана или кафе).                                                                         |
| 16. | Составить памятку для производственного и обслуживающего персонала о приготовлении блюд вегетарианской кухни.                                                            |
| 17. | Составить памятку для производственного и обслуживающего персонала о приготовлении блюд по системе раздельного питания.                                                  |
| 18. | Рассчитать калорийность риса дикого (черный, индийский) (белки – 14,73 г, жиры – 1,08 г, углеводы – 68,7 г).                                                             |
| 19. | Рассчитать калорийность рисовой запеканки с творогом (белки – 5,1 г, жиры – 7,1 г, углеводы – 26,1 г).                                                                   |
| 20. | Рассчитать калорийность рисовой каши (белки – 2,4 г, жиры – 3,5 г, углеводы – 25,8 г).                                                                                   |
| 21. | Рассчитать калорийность спагетти со шпинатом, сухие (белки – 13,35 г, жиры – 1,57 г, углеводы – 64,21 г).                                                                |
| 22. | Рассчитать калорийность языка говяжьего отварного (белки – 24,0 г, жиры – 15,0 г, углеводы – 2,7 г).                                                                     |
| 23. | Рассчитать калорийность яйца куриного, пашот (белки – 12,51 г, жиры – 9,47 г, углеводы – 0,71 г).                                                                        |
| 24. | Рассчитать калорийность постного печенья (белки - 8,6 г, жиры – 14,2 г, углеводы – 65,6 г).                                                                              |
| 25. | Рассчитать калорийность гречневой крупы (белки - 12,6 г, жиры – 3,1 г, углеводы – 60,7 г).                                                                               |
| 26. | Рассчитать калорийность пшеничной крупы (белки – 11,2 г, жиры – 2,0 г, углеводы – 65,7 г).                                                                               |
| 27. | Рассчитать калорийность крупы рисовой (белки – 7,0 г, жиры – 1,0 г, углеводы – 74,0 г).                                                                                  |
| 28. |                                                                                                                                                                          |
| 29. | Составить примерное меню для диеты для больных сахарным диабетом 2 типа, легкой и средней тяжести, не получающих инсулина.                                               |
| 30. | Составить примерное меню для диеты при ожирении как основном заболевании или сопутствующем при других болезнях, не требующих специальных диет.                           |
| 31. | Составить примерное меню для диеты при заболеваниях почек вне обострения.                                                                                                |
| 32. | Рассчитать калорийность круассанов сливочных (белки – 8,2 г, жиры – 21,0 г, углеводы – 43,2 г).                                                                          |
| 33. | Рассчитать калорийность кумквата (белки – 1,88 г, жиры – 0,86 г, углеводы – 9,4 г).                                                                                      |
| 34. | Рассчитать калорийность личи (белки – 0,83 г, жиры – 0,44 г, углеводы – 15,23 г).                                                                                        |
| 35. | Рассчитать калорийность щуки припущенной (белки – 19,6 г, жиры – 1,2 г, углеводы – 0 г).                                                                                 |

|     |                                                                                                 |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 36. | Рассчитать калорийность трески запечённой (белки – 6,0 г, жиры – 3,7 г, угле-<br>воды – 8,0 г). |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------|

| Шкала оценивания |                     | Формируемые компетенции                                                                  | Индикатор достижения компетенции                                                                                                                            | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Уровень освоения компетенций |
|------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| 1                |                     | 2                                                                                        | 3                                                                                                                                                           | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 5                            |
| 85 – 100 баллов  | «отлично»           | ПК-5. Способен осуществлять взаимодействие с потребителями и заинтересованными сторонами | ПК-5.1. Осуществляет проведение встреч, переговоров и презентаций продукции и услуг предприятия питания потребителям, партнерам и заинтересованным сторонам | <p><b>Знает верно и в полном объеме:</b> основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон.</p> <p><b>Умеет верно и в полном объеме:</b> осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.</p>             | Продвинутый                  |
|                  |                     |                                                                                          |                                                                                                                                                             | <p><b>Знает с незначительными замечаниями:</b> основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон.</p> <p><b>Умеет с незначительными замечаниями:</b> осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.</p> |                              |
| 70 – 84 баллов   | «хорошо»            | ПК-5. Способен осуществлять взаимодействие с потребителями и заинтересованными сторонами | ПК-5.1. Осуществляет проведение встреч, переговоров и презентаций продукции и услуг предприятия питания потребителям, партнерам и заинтересованным сторонам | <p><b>Знает на базовом уровне, с ошибками:</b> основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон.</p> <p><b>Умеет на базовом уровне, с ошибками:</b> осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.</p> | Повышенный                   |
|                  |                     |                                                                                          |                                                                                                                                                             | <p><b>Знает на базовом уровне, с ошибками:</b> основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон.</p> <p><b>Умеет на базовом уровне, с ошибками:</b> осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.</p> |                              |
| 50 – 69 баллов   | «удовлетворительно» | ПК-5. Способен осуществлять взаимодействие с потребителями и заинтересованными сторонами | ПК-5.1. Осуществляет проведение встреч, переговоров и презентаций продукции и услуг предприятия питания потребителям, партнерам и заинтересованным сторонам | <p><b>Знает на базовом уровне, с ошибками:</b> основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон.</p> <p><b>Умеет на базовом уровне, с ошибками:</b> осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.</p> | Базовый                      |
|                  |                     |                                                                                          |                                                                                                                                                             | <p><b>Знает на базовом уровне, с ошибками:</b> основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон.</p> <p><b>Умеет на базовом уровне, с ошибками:</b> осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.</p> |                              |

|  |  |  |  |                                      |  |
|--|--|--|--|--------------------------------------|--|
|  |  |  |  | <b>ками:</b> осуществлять разработку |  |
|--|--|--|--|--------------------------------------|--|

| 1                      |                              | 2                                                                                        | 3                                                                                                                                                           | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 5                                  |
|------------------------|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
|                        |                              |                                                                                          |                                                                                                                                                             | современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                    |
| <b>менее 50 баллов</b> | <b>«неудовлетворительно»</b> | ПК-5. Способен осуществлять взаимодействие с потребителями и заинтересованными сторонами | ПК-5.1. Осуществляет проведение встреч, переговоров и презентаций продукции и услуг предприятия питания потребителям, партнерам и заинтересованным сторонам | <p><b>Не знает на базовом уровне:</b> основы организации деятельности предприятий питания для разработки современных систем и концепций в том числе эстетики ресторанной продукции с учетом требований потребителей, партнеров и заинтересованных сторон.</p> <p><b>Не умеет на базовом уровне:</b> осуществлять разработку современных систем питания и эстетических требований потребителей к продукции и услугам предприятий питания.</p> | <b>Компетенции не сформированы</b> |