



Міжнародний гуманітарний університет
Факультет менеджменту, готельно-ресторанної справи та туризму
Кафедра готельно-ресторанного та туристичного бізнесу

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Нутриціологія

Галузь знань	<u>24 «Сфера обслуговування»</u>
Спеціальність	<u>241 «Готельно-ресторанна справа»</u>
Назва освітньої програми	<u>Готельно-ресторанна справа</u>
Рівень вищої освіти	<u>перший (бакалаврський) рівень</u>

Розробники і викладачі	Контактний тел.	E-mail
доцент кафедри готельно-ресторанного та туристичного бізнесу к.т.н., доцент Дишкантюк Оксана Володимирівна	0968311112	Dyshkantyuk@ukr.net
доцент кафедри готельно-ресторанного та туристичного бізнесу к.т.н., доцент Тітомир Людмила Анатоліївна	0977877071	titomirluda@gmail.com

1. АНОТАЦІЯ ДО КУРСУ

Навчальна дисципліна «Нутриціологія» розроблена для студентів 1 курсу денної та заочної форм навчання спеціальності 241 «Готельно-ресторанна справа» і сформує цілісне уявлення про зміст та структуру фахової підготовки; про обраний напрям і спеціальність та основні освітньо-кваліфікаційним вимогам щодо підготовки фахівця бакалаврського рівня.

Метою навчальної дисципліни «**Нутриціологія**» є формування у майбутніх фахівців теоретичних знань і практичних навичок з загальних підходів та принципів повноцінного, раціонального і профілактичного харчування людини в різних умовах життя та діяльності з основами нутриціології, на базі яких складається і розвивається технологія виробництва харчової продукції, організація харчування різних груп населення.

Передумови для вивчення дисципліни. Даний курс є своєрідним вступом до обов'язкових та вибіркових дисциплін за напрямом готельно-ресторанна справа.

2. ОЧІКУВАНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ, ЯКІ ПЛАНУЄТЬСЯ СФОРМУВАТИ ТА ДОСЯГНЕННЯ ПРОГРАМНИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

У процесі реалізації програми дисципліни «Нутриціологія» формуються наступні компетентності із передбачених освітньою програмою:

Інтегральна компетентність

Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми діяльності суб'єктів готельного і ресторанного бізнесу, що передбачає застосування теорій та методів системи наук, які формують концепції гостинності і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

Загальні компетентності (ЗК)

ЗК 05. Здатність працювати в команді.

ЗК 06. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.

ЗК 08. Навики здійснення безпечної діяльності

Спеціальні (фахові) компетентності

СК 01. Розуміння предметної області і специфіки професійної діяльності..

СК 03. Здатність використовувати на практиці основи діючого законодавства в сфері готельного та ресторанного бізнесу та відстежувати зміни.

СК 10. Здатність працювати з технічною, економічною, технологічною та іншою документацією та здійснювати розрахункові операції суб'єктом готельного та ресторанного бізнесу .

СК 11. Здатність виявляти, визначати й оцінювати ознаки, властивості і показники якості продукції та послуг, що впливають на рівень забезпечення вимог споживачів у сфері гостинності;

Навчальна дисципліна «Нутриціологія» забезпечує досягнення програмних результатів навчання (РН), передбачених освітньою програмою:

РН 01. Знати, розуміти і вміти використовувати на практиці основні положення законодавства, національних і міжнародних стандартів, що регламентують діяльність суб'єктів готельного та ресторанного бізнесу.

РН 03. Вільно спілкуватися з професійних питань державною та іноземною мовами усно і письмово.

РН 05. Розуміти принципи, процеси і технології організації роботи суб'єктів готельного та ресторанного господарства

- PH 12.** Здійснювати ефективний контроль якості продуктів та послуг закладів готельного і ресторанного господарства.
- PH 16.** Виконувати самостійно завдання, розв'язувати задачі і проблеми, застосовувати їх в різних професійних ситуаціях та відповідати за результати своєї діяльності
- PH 17.** Аргументовано відстоювати свої погляди у розв'язанні професійних завдань при організації ефективних комунікацій зі споживачами та суб'єктами готельного та ресторанного бізнесу.

Заплановані результати навчання за навчальною дисципліною

Знання:

1. На понятійному рівні – основні категорії, поняття та їх визначення з курсу, зміст предмету «Нутриціологія» та його структуру, особливості .
2. Описувати основні ознаки складових продуктів харчування

Уміння:

3. Розуміти якісні зміни , що відбуваються на сучасному етапі у сфері харчування.
4. Визначати останні зміни та особливості у концепції харчування
5. Пояснювати зміст загальних тенденцій подальшого розвитку нутриціології.
6. Застосувати знання: на рівні відтворення – правильно оцінювати сутність та зміст складових сфери харчування; на творчому рівні – використовувати свої внутрішні якості у підвищенні ефективності основ своєї професійної діяльності.

Навички:

7. Упорядковувати набуті знання у вигляді виконання самостійних завдань.
8. Аргументовано обговорити та обґрунтувати типи застосування харчових продуктів.

3. ОБСЯГ ТА ОЗНАКИ КУРСУ

Загалом		Вид заняття			Ознаки курсу		
		(денне відділення / заочне відділення)			Курс, (рік навчання)	Семестр	Обов'язкова / вибіркова
ЄКТС	годин	Лекційні заняття	Практичні заняття	Самостійна робота			
6	180	30 / 10	30 / 10	120 / 160	2	3	Вибіркова

4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин							
	денна форма				Заочна форма			
	усього	у тому числі			усього	у тому числі		
		лекц.	прак	сам. роб.		лекц.	прак	сам. роб.
Тема 1. Основні поняття нутріціології	12	2	2	8	14	2	2	10
Тема 2 Макронутрієнти. Білки.	12	2	2	8	12	1	1	10
Тема3 Макронутрієнти. Жири.	12	2	2	8	12	1	1	10
Тема 4. Макронутрієнти. Вуглеводи	12	2	2	8	11	0,5	0,5	10
Тема 5 Мікронутрієнти	12	2	2	8	11	0,5	0,5	10
Тема 6 Засвоєння їжі в організмі людини.	12	2	2	8	11	0,5	0,5	10
Тема 7 Харчування як засіб оздоровлення	12	2	2	8	11	0,5	0,5	10
Тема8 Сучасні проблеми харчування людини	12	2	2	8	11	0,5	0,5	10
Тема9. Харчові отруєння та їх профілактика	12	2	2	8	11	0,5	0,5	10
Тема10 Теорії та концепції харчування .	12	2	2	8	11	0,5	0,5	10
Тема 11 Основні принципи лікувального харчування.	12	2	2	8	13	0,5	0,5	12
Тема 12. Спеціальні дієти.	12	2	2	8	13	0,5	0,5	12
Тема13 Роздільне харчування. Енотерапія та ампелотерапія	12	2	2	8	13	0,5	0,5	12
Тема14 Лікувально-профілактичне харчування на виробництві зі шкідливими умовами	24	4	4	16	26	1	1	24
Усього годин	180	30	30	120	180	10	10	160
ПІДСУМКОВИЙ КОНТРОЛЬ - ІСПИТ								

5. ТЕХНІЧНЕ Й ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ / ОБЛАДНАННЯ

Студенти отримують теми та питання курсу, основну і додаткову літературу, рекомендації, завдання та оцінки за їх виконання як традиційним шляхом, так і з використанням університетської платформи он-лайн навчання на базі Moodle. Окрім того, практичні навички у пошуку та аналізу інформації за курсом, з оформлення індивідуальних завдань, тощо, студенти отримують, користуючись університетськими комп'ютерними класами та бібліотекою.

6. ПИТАННЯ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
1	Тема 1. Сучасна класифікація харчових продуктів. Основні поняття нутріціології . Класифікація харчових продуктів.	2	2

	Практичне завдання. Складання блок- схеми з визначенням вимог яким повинні відповідати функціональні харчові продукти.		
2	Тема 2. Макронутрієнти. Білки. Амінокислотний склад білків. Біологічна і харчова цінність білків. Практичне завдання. Розрахунок амінокислотного скору білків.	2	1
3	Тема 3. Жири Характеристика простих і складних жирів. Псування жирів Практичне завдання. Складання таблиць забезпечення організму есенціальними жирними кислотами.	2	1
4	Тема 4. Вуглеводи Прості та складні вуглеводи. Глікемічний індекс (ГІ) Практичне завдання. Розрахунок глікемічних індексів харчових продуктів. Складання таблиці глікемічних індексів харчових продуктів.	2	0,5
5	Тема 5. Мікронутрієнти Вітаміни . Мінеральні елементи Вітаміни Практичне завдання. Складання таблиць щодо ролі вітамінів та макро та мікроелементів в обміні речовин Скласти необхідний тижневий вітамінний раціон для дорослої людини.	2	0,5
6	Тема 6 Визначення енергетичної цінності-калорійності продуктів харчування Енергетична цінність або калорійність харчових продуктів Практичне завдання. Складання схем перетворення основних нутрієнтів в шлунково-кишковому тракці людини.	2	0,5
7	Тема 7. Основи раціонального харчування Режим харчування як основний елемент раціонального харчування. Практичне завдання. Складання харчового раціону в залежності від фізичної активності .	2	0,5
8	Тема 8. Сучасні проблеми харчування людини Спеціалізовані продукти харчування та їх призначення. Практичне завдання. Складання харчового раціону та обчислити добову витрату енергії людини різного віку.	2	0,5
9	Тема 9. Харчові отруєння та їх профілактика Харчові отруєння змішаної етіології. Практичне завдання. Розробка буклету «Перша допомога при харчових отруєннях».	2	0,5
10	Тема 10. Теорії та концепції харчування Характеристика сучасних концепції харчування. Практичне завдання. Складання харчового раціону для людей похилого віку , з врахуванням основ адекватного харчування.	2	0,5
11	Тема 11. Лікувальне харчування.	2	0,5

	Система лікувального харчування: елементна та дієтна. Практичне завдання. Складання харчового раціону відповідно до дієти (за вибором).		
12	Тема 12. Спеціальні дієти. Вегетаріанство. Система голодування. Сокотерапія Практичне завдання. Скласти рекомендації до програми лікувальних природних факторів на основі вегетаріанства та нектару	2	0,5
13	Тема13 Роздільне харчування. Енотерапія та ампелотерапія Основні принципи роздільного харчування. Теорія Г. Шелтона. Практичне завдання Складання таблиць щодо біологічної ролі продуктів бджільництва Складання таблиць щодо лікувальних природних факторів винограду Дискусія : Історичні та національні аспекти лактотерапії.	2	0,5
14	Тема 14 Лікувально-профілактичне харчування на виробництві зі шкідливими умовами Організація забезпечення лікувально- профілактичним харчуванням. Контроль якості лікувально-профілактичного харчування. Практичне завдання Складання лікувально-профілактичного раціону харчування дорослих з різними умовами праці.	4	1
	Всього	30	10

7. САМОСТІЙНА РОБОТА

До самостійної роботи студентів щодо вивчення дисципліни «Нутриціологія» включаються:

1. Знайомство з науковою та навчальною літературою відповідно зазначених у програмі тем.
2. Опрацювання лекційного матеріалу.
3. Підготовка до практичних занять.
4. Консультації з викладачем протягом семестру.
5. Самостійне опрацювання окремих питань навчальної дисципліни.
6. Підготовка та виконання індивідуальних завдань у вигляді презентацій, рефератів тощо.
7. Підготовка до підсумкового контролю

Тематика та питання до самостійної підготовки та індивідуальних завдань

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма	заочна форма
1	Тема 1. Сучасна класифікація харчових продуктів. Відмінності та критерії. Основних типів харчових Індивідуальне завдання: Складання блок- схеми з визначенням вимог якими повинні відповідати функціональні молочні продукти	8	10

2	Тема 2. Макронутрієнти. Білки. Біологічна і харчова цінність білків. Індивідуальне завдання: Розрахунок біологічної та харчової цінності птиці.	8	10
3	Тема 3. Жири Незамінні жирні кислоти. Індивідуальне завдання: Розрахунок біологічної та харчової цінності риби	8	10
4	Тема 4. Вуглеводи Глікемічний індекс (ГІ) Значення та використання. Індивідуальне завдання: Розрахунок глікемічних індексів печива(за вибором)	8	10
5	Тема 5. Мікронутрієнти Вітаміни . Мінеральні елементи Індивідуальне завдання: Скласти необхідний тижневий мінеральний раціон для дорослої людини.	8	10
6	Тема 6 Визначення енергетичної цінності-калорійності продуктів харчування Презентація : «Енергетична цінність харчових продуктів» Індивідуальне завдання: Складання схем перетворення білкових нутрієнтів в шлунково-кишковому тракті людини.	8	10
7	Тема 7. Основи раціонального харчування Основні правила оздоровчого харчування. Індивідуальне завдання: Складання харчового раціону для спортсмену.	8	10
8	Тема 8. Сучасні проблеми харчування людини Критерії та методичні засади до оцінки безпечності харчових продуктів із генетично-модифікованих джерел. Індивідуальне завдання: Реферат.Профілактичні, лікувальні та лікувально-профілактичні продукти	8	10
9	Тема 9. Харчові отруєння та їх профілактика Харчові отруєння грибкової. етіології. Практичне завдання Індивідуальне завдання: Презентація «Загальні причини харчових отруень»	8	10
10	Тема 10. Теорії та концепції харчування <i>Характеристика античної концепції харчування.</i> Індивідуальне завдання: Складання харчового раціону для людей похилого віку ,з врахуванням основ античного харчування	8	10
11	Тема 11. Лікувальне харчування. Основні характеристики дієт: показання до застосування; цільове (лікувальне) призначення; енергетична цінність і хімічний склад Індивідуальне завдання: Презентація: « Контрастні дієти: розвантажувальні та навантажувальні»	8	12

12	Тема 12. Спеціальні дієти. Фізіологічні аспекти вегетаріанства. Вікові передумови Індивідуальне завдання: Презентація Лікувальне голодування.	8	12
13	Тема13 Роздільне харчування. Ефекти натуральних соків: протизапальні, протиглистяні, антисептичні, гіпотензивні, тонізуючі, діуретичні. Натуральні соки - джерело вітамінів С, А та мінеральних речовин Дискусія : Застосування нектару в лікувально-профілактичному харчуванні.	8	12
14	Тема 14 Лікувально-профілактичне харчування на виробництві зі шкідливими умовами Молоко в лікувально-профілактичному харчуванні. Вітаміни в лікувально-профілактичному харчуванні Дискусія : Застосування пектину в лікувально-профілактичному харчуванні.	16	24
Всього		120	160

8. ВИДИ ТА МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Робоча програма навчальної дисципліни передбачає наступні види та методи контролю:

Види контролю	Складові оцінювання
поточний контроль , який здійснюється у ході: проведення практичних занять, виконання індивідуального завдання; проведення консультацій та відпрацювань.	50%
підсумковий контроль , який здійснюється у ході проведення іспиту (заліку).	50%

Методи діагностики знань (контролю)	фронтальне опитування; наукова доповідь, реферати, усне повідомлення, індивідуальне опитування; робота у групах; розв'язання ситуаційних завдань, практичних завдань, іспит
--	---

Питання до іспиту

1. Складові нутриціології.
2. Характеристика особливостей науки о харчуванні.
3. Характеристика особливостей типів продуктів харчування.
4. Характеристика застосування продуктів загального вживання.
5. Історичні етапи становлення нутриціології.
6. Амінокислоти. Визначення.
7. Замінні та незамінні амінокислоти.
8. Білки Класифікація.
9. Амінокислотний скор білку.
10. Біологічна і харчова цінність білку.

11. Основні принципи нутриціології. Харчові аспекти їжі.
12. Основи раціонального харчування.
13. Поняття харчового отруєння.
14. Характеристика типів харчових отруень.
15. Типи профілактичного харчування.
16. Етапи розробки спеціальних дієт.
17. Особливості жирів.
18. Особливості псування жирів.
19. Сучасний стан визначення енергетичної складової продуктів.
20. Поняття античного харчування.
21. Складова раціонального харчування.
22. Загальна характеристика адекватного харчування.
23. Характеристика особливостей сокотерапії.
24. Психологічні аспекти вегетаріанства.
25. Аспекти лактотерапії.
26. Поняття : спеціальні дієти.
27. Поняття лікувального голодування.
28. Поняття роздільного харчування.
29. Поняття Мікронутрієнти.
30. Поняття Макронутрієнти.
31. Основи визначення ГІ.
32. Етапи засвоєння їжі.
33. Особливості засвоєння вуглеводів.
34. Основні особливості вітамінів.
35. Індустрія профілактичного харчування.
36. Етапи впровадження лікувального голодування.
37. Види харчового раціону для людей з різної фізичною активністю.
38. Етапи визначення харчової цінності продуктів.
39. Основні чинники раціону раціонального харчування.
40. Особливості енергетичної складової їжі.
41. Фактори впливу на рівень засвоєння білкової їжі.
42. Характеристика калорійності продуктів.
43. Сучасні напрями розвитку нутриціології.
44. Характеристика сучасних проблем харчування людини.
45. Основні напрями розвитку спортивно- оздоровчого харчування.
46. Прості та складні вуглеводи.
47. Охарактеризуйте ненасичені жирні кислоти.
48. Охарактеризуйте фізіологічні аспекти вегетаріанства.

49. Особливості розробки лікувального харчування.
50. Характеристика мінеральної складової продуктів.
51. Характеристика дієтотерапії.
52. Перелічить положення розвантажувальних дієт.
53. Відмінність контролю якості продуктів.
54. Відмінність. Складання денного раціону харчування для певної категорії населення.
55. Характеристика середньодобова потреба в енергії.
56. Вплив рівня культури населення на раціон харчування.
57. Визначте найважливіші внутрішні та зовнішні фактори засвоєння їжі.
58. Екологічність продуктів харчування.
59. Лікувально-профілактичні продукти.

9. ОЦІНЮВАННЯ ПОТОЧНОЇ, САМОСТІЙНОЇ ТА ІНДИВІДУАЛЬНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ З ПІДСУМКОВИМ КОНТРОЛЕМ У ФОРМІ ЕКЗАМЕНУ/ ЗАЛІКУ

<i>Денна форма навчання</i>			
<i>Поточний контроль</i>			
Види роботи	Планові терміни виконання	Форми контролю та звітності	Максимальний відсоток оцінювання
Систематичність і активність роботи на семінарських (практичних) заняттях			
1.1. Підготовка до практичних занять	Відповідно до робочої програми та розкладу занять	Перевірка обсягу та якості засвоєного матеріалу під час практичних занять	25
Виконання завдань для самостійного опрацювання			
1.2. Підготовка програмного матеріалу (тем, питань), що виносяться на самостійне вивчення	-//-	Розгляд відповідного матеріалу під час аудиторних занять або ІКР ¹ , перевірка презентацій тощо	10
Виконання індивідуальних завдань (науково-дослідна робота студента)			
1.3. Підготовка реферату (есе) за заданою тематикою	Відповідно до розкладу занять і графіку ІКР	Обговорення (захист) матеріалів реферату	10
1.4. Інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовка наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо.	-//-	Обговорення результатів проведеної роботи під час аудиторних занять або ІКР, наукових конференцій, дискусій та круглих столів.	5
Разом балів за поточний контроль			50

¹ Індивідуально-консультативна робота викладача зі студентами

Підсумковий контроль екзамен	50
Всього балів	100

Заочна форма навчання			
Поточний контроль			
Види самостійної роботи	Планові терміни виконання	Форми контролю та звітності	Максимальний відсоток оцінювання
Систематичність і активність роботи під час аудиторних занять			
1.1. Підготовка до аудиторних занять	Відповідно до розкладу	Перевірка обсягу та якості засвоєного матеріалу під час аудиторних занять	15
За виконання контрольних робіт (завдань)			
1.2. Підготовка контрольних робіт	-//-	Перевірка контрольних робіт (завдань)	15
Виконання завдань для самостійного опрацювання			
1.3. Підготовка програмного матеріалу (тем, питань), що виноситься на самостійне вивчення	-//-	Розгляд відповідного матеріалу під час аудиторних занять або ІКР ² , перевірка презентацій тощо	10
Виконання індивідуальних завдань (науково-дослідна робота студента)			
2.1. Підготовка реферату за заданою тематикою	Відповідно до графіку ІКР	Обговорення (захист) матеріалів реферату під час ІКР	5
2.3. Інші види індивідуальних завдань, в т.ч. підготовка наукових публікацій, участь у роботі круглих столів, конференцій тощо.	-//-	Обговорення результатів проведеної роботи під час ІКР, наукових конференцій, дискусій та круглих столів.	5
Разом балів за поточний контроль			50
Підсумковий контроль екзамен			50
Всього балів підсумкової оцінки			100

² Індивідуально-консультативна робота викладача зі студентами

10. КРИТЕРІЇ ПІДСУМКОВОЇ ОЦІНКИ ЗНАНЬ СТУДЕНТІВ (для іспиту / заліку)

Рівень знань оцінюється:

- «відмінно» / «зараховано» А - від 90 до 100 балів. Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно знаходити та опрацьовувати необхідну інформацію, демонструє знання матеріалу, проводить узагальнення і висновки. Був присутній на лекціях та семінарських заняттях, під час яких давав вичерпні, обґрунтовані, теоретично і практично правильні відповіді, має конспект з виконаними завданнями до самостійної роботи, презентував реферат (есе) за заданою тематикою, проявляє активність і творчість у науково-дослідній роботі;

- «добре» / «зараховано» В - від 82 до 89 балів. Студент володіє знаннями матеріалу, але допускає незначні помилки у формуванні термінів, категорій, проте за допомогою викладача швидко орієнтується і знаходить правильні відповіді. Був присутній на лекціях та семінарських заняттях, має конспект з виконаними завданнями до самостійної роботи, презентував реферат (есе) за заданою тематикою, проявляє активність і творчість у науково-дослідній роботі;

- «добре» / «зараховано» С - від 74 до 81 балів. Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, але дає недостатньо обґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки. При цьому враховується наявність конспекту з виконаними завданнями до самостійної роботи, реферату та активність у науково-дослідній роботі;

- «задовільно» / «зараховано» D - від 64 до 73 балів. Студент був присутній не на всіх лекціях та семінарських заняттях, володіє навчальним матеріалом на середньому рівні, допускає помилки, серед яких є значна кількість суттєвих. При цьому враховується наявність конспекту з виконаними завданнями до самостійної роботи, рефератів (есе);

- «задовільно» / «зараховано» E - від 60 до 63 балів. Студент був присутній не на всіх лекціях та семінарських заняттях, володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні, на всі запитання дає необґрунтовані, невичерпні відповіді, допускає помилки, має неповний конспект з завданнями до самостійної роботи.

- «незадовільно з можливістю повторного складання» / «не зараховано» Fx – від 35 до 59 балів. Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу.

- «незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни» / «не зараховано» F – від 0 до 34 балів. Студент не володіє навчальним матеріалом.

Таблиця відповідності результатів контролю знань за різними шкалами

100-бальною шкалою	Шкала за ECTS	За національною шкалою	
		екзамен	залік
90-100 (10-12)	A	Відмінно	зараховано
82-89 (8-9)	B	Добре	
74-81(6-7)	C		
64-73 (5)	D	Задовільно	
60-63 (4)	E		
35-59 (3)	Fx	незадовільно	не зараховано
1-34 (2)	F		

11. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна

1. Гігієна харчування з основами нутріціології: підручник; у 2 кн. Кн. 1 / Т. І. Анітратенко, Т. М. Білко, О.В. Благодарова та ін.; За ред. проф. В. І. Ципріяна. Київ.: Медицина, 2007. 528 с.
2. Гігієна харчування з основами нутріціології: підручник; у 2 кн. Кн. 2 / [В. І. Ципріян, І. Т. Матасар, В. І. Слободкін та ін.]. За ред. проф. В. І. Ципріяна. Київ : Медицина, 2007. 544 с.
3. Основи нутріціології / [Волошин О.І., Пішак О.В., Окіпняк І.В., Сплавський О.І.] – Чернівці: Видавничий дім „Букрек”, 2007. 280 с.
4. Зубар Н.М. Основи фізіології та гігієни харчування: підручник / Н. М. Зубар. Київ.: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2006. 341 с.
5. Зубар Н.М. Основи фізіології та гігієни харчування: підручник / Н. М. Зубар. Київ.: ЦУЛ, 2010. 336 с.
6. Орлова Н. Я. Фізіологія та біохімія харчування: підручник / Орлова Н.Я. Київ.: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2001. 249с.
7. Смоляр В.І. Основи фізіології харчування / В. І. Смоляр. - Київ.: Здоров'я, 2001. 336 с.
8. Смоляр В.І. Фізіологія та гігієна харчування / В. І. Смоляр. - Київ.: Здоров'я, 2000. 336 с.
9. Основи фізіології харчування / Н. В. Дуденко, Л. Ф. Павлоцька, В. С. Артеменко та ін. Харків.: Торнадо, 2003. 407с.
10. Павлоцька Л. Ф. Основи фізіології, гігієни харчування та проблеми безпеки харчових продуктів: навчальний посібник / Л. Ф. Павлоцька, Н. В. Дуденко, Л. Р. Димитрієвич. – Суми: ВТД “Університетська книга”, 2007. 441с.
11. Фізіологія харчування: підручник/ Павлоцька Л. Ф., Дуденко Н. В., Левітін Є. Я. та ін. Суми: Університетська книга, 2011. 473 с.

Допоміжна

12. Ванханен В. В. Нутріціологія: підручник / В. В. Ванханен, В. І. Ципріян. Донецьк: Донеччина, 2001. 474 с.
13. Зубар Н.М. Фізіологія харчування / Н. М. Зубар, В. І. Ципріян, Ю. В. Руль. - Опорно- сигнальний конспект. Київ. 2000. 181 с.
14. Зубар Н.М. Фізіологія харчування / Н.М. Зубар, Ю.В. Руль, М.К. Булгакова. Практикум: навч. посіб. Київ.: Київ. держ. торг.-екон. ун-т, 2003. 201 с.
15. Корзун В. Н. Гігієна харчування: підручник / В. Н. Корзун. Київ.: Університетська книга, 2011. 473 с.