

103-2 Preliminary Syllabus, Da-Yeh Univ

Information			
Title	營養學	Serial No. / ID	2822 / HOB1007
Dept.	餐旅管理學系	School System / Class	進修學士班1年1班
Lecturer	宋順龍	Full or Part-time	兼任
Required / Credit	Required / 2	Graduate Class	No
Time / Place	(二)CD /	Language	Chinese

Introduction
認識食物中之營養成分，及其於人體內所扮演的角色與功能 鼓勵實踐於日常生活中飲食的選擇，以維持身體健康及營養均衡奠定未來健康事業管理人才在營養概念上之基礎
均衡營養飲食是獲得健康的根本，現代飲食新趨勢不僅吃飽、吃好，更要吃得健康。本課程為使餐飲科系的學生了解食物的營養與健康，以及基礎的生理能量代謝；而能有正確的飲食概念。

Outline
1. 食物、營養與健康
2. 醣類
3. 蛋白質
4. 脂質
5. 維生素
6. 礦物質
7. 能量代謝
8. 特殊營養需求
9. 正確的飲食計畫

Prerequisite
無