

Dersin Kodu:	Dersin Adı: Sağlıklı Beslenme				Programın Adı: Moleküler Biyoloji ve Genetik			
Yarıyıl	Eğitim ve Öğretim Yöntemleri						Krediler	
	Teori	Uyg.	Lab.	Proje/Alan Çalışması	Diğer	Toplam	KYAU Kredi	AKTS Kredisi
	2	0	0					3
Ders Dili	Türkçe							
Zorunlu/Seçmeli	Seçmeli							
Önşartlar	-							
Dersin Amacı	Besinleri ve sağlıklı besinleri öğrenmek.							
Dersin İçeriği	Beslenme durumu ve önemi. Gıdaların bileşenleri ve besinleri görevleri. Metabolizma. İnsan vücudunun yapısı ve bileşimi. Beslenme açısından enerji. Karbonhidratlar. Proteinler. Yağlar. Vitaminler. Su. Mineral maddeler. Besleyici olmayan Maddeler. İnsanların durumuna uygun beslenme. Beslenme şekilleri. Günlük yemek planlarının hazırlanması.							
Ders Kitabı ve/veya Kaynaklar	<ol style="list-style-type: none"> Editörler: Erkmen, O., Erten, H., SAĞLAM, H., 2020. Fermente Gıdaların Üretim Teknolojileri ve Mikrobiyolojisi. Yayın Yeri: Nobel Akademik Yayıncılık, ISBN: 978-625-406-665-8, TÜRKİYE, Ankara. Sağlıklı Beslenme, Yazar:Kolektif, Yayınevi: Nobel Tıp Kitabevleri. Beslenme, Yazar: Mustafa Tayar. 							
Değerlendirme Ölçütleri							Varsa (X) olarak işaretleyiniz	
	Arasınavlar (%50)						X	
	Kısa sınavlar							
	Ödevler							
	Projeler							
	Dönem ödevi						X	
	Laboratuvar							
	Diğer							
Dönem sonu sınavı (%50)						X		
Ders Sorumlusu								
Hafta	Konu Başlıkları							
1	Beslenme durumu ve önemi							
2	Gıdaların bileşenleri ve besinleri görevleri							
3	Metabolizma							
4	İnsan vücudunun yapısı ve bileşimi							
5	Beslenme açısından enerji							
6	Karbonhidratlar.							
7	Ara Sınav							
8	Proteinler							
9	Yağlar. Vitaminler. Su. Mineral maddeler							
10	Besleyici olmayan Maddeler							

11	İnsanların durumuna uygun beslenme
12	Beslenme şekilleri
13	Günlük yemek planlarının hazırlanması.
14	Final