

Fənn sillabusu

İxtisas: : 6006023-"Qida mühəndisliyi"

Fakültə:Aqrar və mühəndislik

Kafedra:Texnologiya və texniki elmlər

I.Fənn haqqında məlumat:

Fənnin adı: Qida mühəndisliyində qidalanma və sağlamlıq

Kodu: IPF-B20

Tədris ili: IV (2025-2026) Semester VII

Tədris yükü: Auditoriya – 24 saat. Müəhazirə - 14 saat, laboratoriya 10 saat

Tədris forması:Qiyabi

Tədris dili: Azərbaycan dili

AKTS üzrə kredit: 7 kredit.

II.Müəllim haqqında məlumat:

Adı, soyadı, elmi dərəcəsi və elmi adı: a.ü.f.d,dos.Nəzərova Nigar, Cəfərova Aytac Amil

Məsləhət günləri və saati: IV gün 09⁰⁰- 10⁰⁰

E-mail ünvanı: nnigar00@mail.ru, ayti_cferli98@mail.ru

Kafedranın ünvanı: Lənkəran ş., Füzuli küç.,170-a

III.Tövsiyyə olunan dərslik, dərs vəsaiti və metodik vəsaitlər:

Əsas

1. Qurbanov N.H., Xəlilova Ü.I., Qurbanova A.A. Qida fiziologiyası, Bakı- 2003
2. Ə.I.Əhmədov. Dadlı və ləzzətli xörəklərin sirri. Bakı, 1995.
3. Ə.I.Əhmədov. Azərbaycan kulinariyasının inciləri. Bakı, Elm, 1997.
- 4.Qasımov M.S və b. Sağlam qidalanmanın elmi əsasları.Bakı, 2015
- 5.Qasımov M.S. Sağlam qidalanmanın fizioloji əsasları.Bakı, 2012
6. Nəbiyev Ə.Ə.Müslümzadə İ.Ə.Qida məhsullarının biokimyası. Bakı, Elm 2008
- 7.Məmmədov Q.Ş və b. İnsan ekologiyası. Bakı ,2015

Əlavə

8. Касумов М.С., Курбфнов М.А., Касимова К.К. Диетические блюда Азербайджанской кулинарии. Баку, Азербайджанская энциклопедия, 1995.
9. Бунятов К.П., Малеев М.М. Азербайджанская кулинария. Баку, Азернешр, 1984.
10. Рубина Е.А., Физиология питания, Москва 2014
11. Абрамова Ж.И., Линич Е.П. Практические работы по курсу «Физиология питания». Уч.пос.1986. 151.

IV.Prekvizitlər: Fənnin tədrisi üçün öncədən "Qida kimyası" fənnin tədrisi vacibdir.

V.Korekvizitlər: Bu fənnin tədrisi ilə eyni vaxtda başqa fənlərin də tədris olunmasına zərurət yoxdur.

VI. Fənnin təsviri və məqsədi: "Qida mühəndisliyində qidalanma və sağlamlıq" fənnində qidaların istehsal olunma texnologiyası, işlədilən xmmalların mənşəyi, təsnifatı, fizioloji

xüsusiyyətləri haqqında biliklərin öyrənilməsi nəzərdə tutulur. Qidanın kimyəvi tərkibi, öyrənilməsi, əsas qida maddələrinin müəyyən edilməsi, orqanizmin normal böyümə və inis. Üçün ilk növbədə lazım olan qida maddələrinin –zülal, şəkər və yağların əhəmiyyəti, məsələlərini gündəliyə qoymaqlıdır.

VII Davamiyyətə verilən tələblər: Fənn üzrə semestr ərzində buraxılmış auditoriya saatlarının ümumi sayı-Elmi Şuranın 16 may 2024-cü il tarixli qərarına uyğun olaraq davamiyyət meyarları nəzərə alınmaqla müəyyən olunmuş həddən yuxarı olduğu halda tələbə həmin fəndən imtahana buraxılmır, onun həmin fənn üzrə akademik borcu qalır.

VIII Qiymətləndirmə: Tələbələr bilii 100 ballı sistemlə qiymətləndirilir. Bundan 50 balı tələbə semestr ərzində, 50 balı isə imtahanda toplayır. Semestr ərzində toplanan 50 bala aşağıdakılar aiddir: 30 bal kollokviuma görə, 20 bal seminar və ya laboratoriya dərslərində fəaliyyətinə görə. İmtahanda qazanan balların maksimum miqdarı 50-dir. İmtahan biletinə bir qayda olaraq fənni əhatə edən 5 sual daxil edilir. İmtahanda qazanan balların maksimum miqdarı 50-dir.

Qiymətləndirmə zamanı Elmi Şuranın 16 may 2024-cü il tarixli qərarına uyğun olaraq qiymətləndirmə meyarları nəzər alınır.

Qiymət meyarları aşağıdakılardır:

- 10 bal- tələbə keçilmiş material dərindən başa düşür, cavabı dəqiq və hərtərəflidir.
- 9 bal-tələbə keçilmiş material tam başa düşür, cavabı dəqiqdir və mövzunun mətnini tam açə bilir.
- 8 bal-tələbə cavabında ümumi xarakterli bəzi qüsurlara yol verir;
- 7 bal- tələbə keçilmiş material başa düşür, lakin nəzəri cəhətdən bəzi məsələləri əsaslandırə bilmir
- 6 bal- tələbənin cavabı əsasən düzgündür.
- 5 bal-tələbənin cavabında çatışmazlıqlar var, mövzunu tam əhatə edə bilmir.
- 4 bal- tələbənin cavabı qismən doğrudur, lakin mövzunu izah edərkən bəzi səhvlərə yol verir;
- 3 bal- tələbənin mövzudan xəbəri var, lakin fikrini əsaslandırə bilmir;
- 1-2 bal- tələbənin mövzudan qismən xəbəri var.
- 0 bal- suala cavab yoxdur.

Tələbənin imtahanda topladığı balın miqdarı 17-dən az olmamalıdır. Əks təqdirdə tələbənin imtahan göstəriciləri semester ərzində tədris fəaliyyəti nəticəsində topladığı bala əlavə olunmur.

Semestr nəticəsinə görə yekun qiymətləndirmə (imtahan və imtahanaqədərki ballar əsasında)

- 91-100 bal- əla (A)
- 81-90 bal-çox yaxşı (B)
- 71-80 bal- yaxşı (C)
- 61-70 bal- kafi (D)
- 51-60 bal –qənaətbəxş (E)
- 51-baldan aşağı- qeyri-kafi (F)

IX. Davranış qaydalarının pozulması: Tələbə Universitetin daxili nizam-intizam qaydalarını pozduqda əsasnamədə nəzərdə tutulan qaydada tədbir göröləcək.

X. Təqvim mövzu planı: mühazirə 14 saat, laboratoriya 10 saat, cəmi 24 saat.

Təqvim m

№	Mövzu
1	

X. Teqvim mövzu planı: mühazirə 14 saat, laboratoriya 10 saat, cəmi 24 saat.

No	Keçirilən mövzunun adı və məzmunu	(Müh) Saat	Tarix
1	2	3	4
1	Mövzu: Fənnin predmeti və vəzifələri. Qidanın mənimsənilməsinin fizioloji mahiyyəti. Qida elmləri texnologiyasının əhatə dairəsi. Nutrisiologiya elmi və qidalanma sahəsi Plan: 1. Fənnin predmeti və vəzifələri 2. Qidanın mənimsənilməsinin fizioloji mahiyyəti 3. Qidalanma elminin inkişaf mərhələsi 4. Dietologiya tarixi 5. Qidalanma haqqında nutrisiologiya elmi 6. Qidalanma sahəsi və digər elmlərlə əlaqəsi Mənbə: [1,4,5]	2	
2	Mövzu: Qida rasionlarının enerji dəyəri. Qida rasionlarının enerji dəyərinin normalaşdırılmasının elmi əsasları. Qida və qidalanmanın əsasları Plan: 1. İnsan orqanizmində maddələr və enerji mübadiləsi 2. Orqanizmin enerji tələbatları və məsrəfləri 3. Əsas, aralıq və ümumi mübadilə 4. Orqanizmdə maddələr mübadiləsinin qorunmasında qidanın rolu. Acqalma 5. Orqanizmin qida maddələrinə və enerjiyə olan tələbatı 6. Qida və qidalanmanın insan orqanizmində rolu 7. Rasion və adekvat qidalanmanın əsasları Mənbə: [1,4,5,6,8]	2	
3	Mövzu: Rasion qidalanma qanunları. Qidalanmanın fizioloji və bioloji əsasları. Qida rasionlarında zülalların normallaşdırılmasının elmi əsasları. Plan: 1. Rasion qidalanma qanunları 2. Qidalanmanın fizioloji əsasları 3. Qidalanmanın bioloji əsasları 4. Zülalların fizioloji əhəmiyyəti 5. Qida rasionunda zülalların normallaşdırılması 6. Zülal qıtlığının fizioloji fəsadları Mənbə: [1,5,10]		
4	Mövzu: Qida rasionunda karbohidratların normallaşdırılmasının elmi əsasları. Qida rasionunda yağların normallaşdırılmasının elmi əsasları. Qida rasionunda vitaminlərin normallaşdırılmasının elmi əsasları. Plan: 1. Karbohidratların orqanizm üçün əhəmiyyəti 2. Karbohidratların həyata keçirdiyi funksiyalar və tələbat normaları 3. Lipidlərin orqanizm üçün fizioloji əhəmiyyəti 4. Yağların həyata keçirdiyi funksiyalar və tələbat normaları 5. Vitaminlərin təsnifatı 6. Vitaminlərin qidalanmada əhəmiyyəti Mənbə: [1,4,5,11]	2	

1	Qida
2	esasla
3	Qidan
4	Qida ra
	Məhs

5	Mövzu: Qida rasionunda məsləhət görülməyən vitamin normaları, onların xörəklərdə saxlanması yolları. Qida rasionunda mineral maddələrin normalaşdırılması. Qida rasionunda mineral maddələrin və suyun fizioloji əhəmiyyəti və çatışmamazlığının fəsadları Plan: 1. Müxtəlif əhali qrupunun qidalanmasında məsləhət görülməyən vitamin normaları, onların xörəklərdə saxlanması yolları. 2. Hazır xörəklərin C vitamini aktivliyi və onun yüksəldilməsi yolları 3. Şirin xörəklərin və içkilərin kütləvi qidalanma müəssisələrində C vitamini ilə zənginləşdirilməsi 1. Qida rasionunda suya olan ümumi tələbat 2. Qida rasionunda mineral duzlara olan ümumi tələbat 1. Ayrı-ayrı mineral maddələrin və suyun fizioloji əhəmiyyəti 2. Mineral maddələrlə təminat və çatışmamazlığın fəsadları Mənbə: [1,4,9,10,11]	2	
6	Mövzu: Qidada zəhərli komponentlər və qidalanmanın müdafiə amilləri. Rasional qidalanma və onun təşkilinə aid fizioloji tələblər. Mövcud qida konsepsiyaları və adekvat qidalanma nəzəriyyəsi haqqında müasir fizioloji baxışlar Plan: 1. Qidanın zəhərli komponentləri 2. Qidalanmanın müdafiə yolları Rasional və tarazlaşdırılmış qidalanma anlayışı 2. Ayrı-ayrı yaşlılar üçün məhsulun məsləhət görülməyən miqdarı 3. Sutkalıq qida rasionlarının tərtib olunma qaydaları 1. Qidalanma rejimi, gündəlik qidanın tərkibi və kaloriliyinin normalaşdırılması 2. Mövcud qida konsepsiyaları haqqında 3. Adekvat qidalanma nəzəriyyəsi haqqında müasir fizioloji baxışlar Mənbə: [1,4,6,10,11]	2	
7	Mövzu: Müxtəlif qrup əhali üçün differensial qidalanma normaları. İdmançıların, zehni əməklə məşğul olan şəxslərin və ahi adamların qidalanması normaları. Sənaye və kənd təsərrüfatında kütləvi iaşənin təşkili, fizioloji tələblər. Pəhriz iaşəsi Plan: 1. Əhəlinin müxtəlif yaş və peşə qruplarının qidalanmasının təşkili 2. Uşaqların qidalanması 3. Tələbələr qidalanması 1. İdmançıların qidalanması qaydaları 2. Zehni əməklə məşğul olan şəxslərin qidalanması normaları 3. Ahi adamların qidalanması normaları Sənaye sahələrində kütləvi iaşənin təşkili, fizioloji tələblər 2. Kənd təsərrüfatı sahələrində kütləvi iaşənin təşkili, fizioloji tələblər 3. Müalicə-profilaktik sahələrdə kütləvi iaşənin təşkili, fizioloji tələblər Pəhrizlərlə müalicəvi qidalanma 2. Pəhriz iaşəsinin fizioloji əsasları Pəhrizlər üçün qida rasionları tərtibinin ümumi prinsipləri 2. Pəhrizlərin qurulmasına göstərilən ümumi tələblər Müalicə pəhrizləri üçün səhər yeməyi menyularının tərtibi 2. Müalicə pəhrizləri üçün nahar yeməyi menyularının tərtibi Mənbə: [1,2,3,4,5,6,9,10,11]	2	
Cəmi:		14 saat	

Laboratoriya işləri			
1	Qida məhsullarının orqonoleptik qiymətləndirilməsinin fizioloji əsasları	2	
2	Qidanın zəhərli komponentlərinin təyini üsulları	2	
3	Qida rasionunun normalaşdırılmasının təhlili	2	
4	Məhsulların və qida rasionlarının faydalılığının qiymətləndirilməsi üsulları	2	
5	Yeyinti məhsullarının kimyəvi tərkib cədvəlləri	2	
Cəmi:		10 saat	

XI. Fənn üzrə tələblər, tapşırıqlar: Təlim nəticəsində tələbələr əldə etməli olduqları təsəvvür, verdiş və bacarıqlarına aiddir: qida mənimsənilməsinin fizioloji mahiyyətini bilmək, qida maddələrinin həzmə iştirakının xüsusiyyətlərini öyrənmək, orqanizmin enerjiyə tələbatını, düzgün rasion qidalanma və qida rasionlarının təşkilini bilmək.

XII.Fənnin tədrisi üçün nəzərdə tutulan tədris və öyrənmə metodları:

- mühazirə, laboratoriya
- təqdimat və müzakirə
- debat
- müstəqil iş/araşdırma

XIII.Fənn üzrə təlimin nəticələri:

FTN 1. İnsan orqanizminin daxili orqanlarının, o cümlədən həzm sistemi orqanlarının strukturunu və iş prinsiplərini

FTN 2. Qida maddələrinin əhəmiyyətini və onların çatışmazlığı nəticəsində baş verən xəstəlikləri

FTN 3. Qidada zəhərli komponentləri və qidada müdafiə amillərini

FTN 5. Rasion qidalanmanın əsas prinsiplərini və təşkili qaydalarını

FTN 6. Pəhriz iaşəsinin nəzərti əsaslarını, müxtəlif müalicə pəhrizləri üçün menyu tərtibi qaydaları

XIV. Tələbələr fənn haqqında fikrinin öyrənilməsi:

XV. Kollokvium sualları

1. Qidanın mənimsənilməsinin fizioloji mahiyyəti
2. Qidalanma haqqında nutrisiologiya elmi
3. Orqanizmin qida maddələrinə və enerjiyə olan tələbatı
4. Qidalanmanın fizioloji əsasları
5. Zülal qıtlığının fizioloji fəsadları
6. Karbohidratların orqanizim üçün əhəmiyyəti
7. Hazır xörəklərin C vitamini aktivliyi və onun yüksəldilməsi yolları
8. Mineral maddələrlə təminat və çatışmamazlığın fəsadları
9. Qidanın zəhərli komponentləri
10. Qidalanma rejimi, gündəlik qidanın tərkibi və kaloriliyinin normalaşdırılması

XVI. İmtahan sualları

1. Fənnin predmeti və vəzifələri
2. Qidanın mənimsənilməsinin fizioloji mahiyyəti
3. Qidalanma elminin inkişaf mərhələsi
4. Dietologiya tarixi
5. Qidalanma haqqında nutrisiologiya elmi
6. Qidalanma sahəsi və digər elmlərlə əlaqəsi
7. İnsan orqanizmində maddələr və enerji mübadiləsi
8. Orqanizmin enerji tələbatları və məsrəfləri
9. Əsas, aralıq və ümumi mübadilə
10. Orqanizmdə maddələr mübadiləsinin qorunmasında qidanın rolu. Acqalma
11. Orqanizmin qida maddələrinə və enerjiyə olan tələbatı
12. Qida və qidalanmanın insan orqanizmində rolu
13. Rəşional və adekvat qidalanmanın əsasları
14. Rəşional qidalanma qanunları
15. Qidalanmanın fizioloji əsasları
16. Qidalanmanın bioloji əsasları
17. Zülalların fizioloji əhəmiyyəti
18. Qida rəşionunda zülalların normallaşdırılması
19. Zülal qıtlığının fizioloji fəsadları
20. Karbohidratların orqanizm üçün əhəmiyyəti
21. Karbohidratların həyata keçirdiyi funksiyalar və tələbat normaları
22. Lipidlərin orqanizm üçün fizioloji əhəmiyyəti
23. Yağların həyata keçirdiyi funksiyalar və tələbat normaları
24. Vitaminlərin təsnifatı
25. Vitaminlərin qidalanmada əhəmiyyəti
26. Müxtəlif əhali qrupunun qidalanmasında məsləhət görülən vitamin normaları, onların xörəklərdə saxlanması yolları.
27. Hazır xörəklərin C vitamini aktivliyi və onun yüksəldilməsi yolları
28. Şirin xörəklərin və içkilərin kütləvi qidalanma müəssisələrində C vitamini ilə zənginləşdirilməsi
29. Qida rəşionunda suya olan ümumi tələbat
30. Qida rəşionunda mineral duzlara olan ümumi tələbat
31. Ayrı-ayrı mineral maddələrin və suyun fizioloji əhəmiyyəti
32. Mineral maddələrlə təminat və çatışmamazlığın fəsadları
33. Qidanın zəhərli komponentləri
34. Qidalanmanın müdafiə yolları
35. Rəşional və tarazlaşdırılmış qidalanma anlayışı
36. Ayrı-ayrı yaşlılar üçün məhsulun məsləhət görülən miqdarı
37. Sutkalıq qida rəşionlarının tərtib olunma qaydaları
38. Qidalanma rejimi, gündəlik qidanın tərkibi və kaloriliyinin normalaşdırılması
39. Mövcud qida konsepsiyaları haqqında
40. Adekvat qidalanma nəzəriyyəsi haqqında müasir fizioloji baxışlar
41. Əhalinin müxtəlif yaş və peşə qruplarının qidalanmasının təşkili
42. Uşaqların qidalanması
43. Tələbələr qidalanması
44. İdmançıların qidalanması qaydaları
45. Zehni əməklə məşğul olan şəxslərin qidalanması normaları
46. Ahıl adamların qidalanması normaları
47. Sənaye sahələrində kütləvi iaşənin təşkili, fizioloji tələblər
48. Kənd təsərrüfatı sahələrində kütləvi iaşənin təşkili, fizioloji tələblər
49. Müalicə-profilaktik sahələrdə kütləvi iaşənin təşkili, fizioloji tələblər
50. Pəhrizlərlə müalicəvi qidalanma

51. Pehriz iaşesinin fizioloji əsasları
52. Pehrizlər üçün qida rasionları tərtibinin ümumi prinsipləri
53. Pehrizlərin qurulmasına göstərilən ümumi tələblər
54. Müalicə pehrizləri üçün səhər yeməyi menyularının tərtibi
55. Müalicə pehrizləri üçün nahar yeməyi menyularının tərtibi.

«Texnologiya və texniki elmlər» kafedrasının 15.05.2026-ci il tarixli (protokol №09) iclasında təsdiq olunmuşdur.

Fənn müəllimləri:



dos.N.H.Nəzərova



A.A.Cəfərova

Kafedra müdiri:



dos.R.F.Əliyev