

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Усынин Максим Валерьевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.07.2025 17:15:43
Уникальный программный ключ:
f498e59e83f65dd7c3ce7bb8a25cbbabb33ebc58

**Частное образовательное учреждение высшего образования
«Международный Институт Дизайна и Сервиса»
(ЧОУВО МИДиС)**

Кафедра гостеприимства и международных бизнес-коммуникаций

**ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО
КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ
АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
МЕТОДОЛОГИЯ ПИТАНИЯ В ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА**

Направление подготовки: 38.03.02 Менеджмент
Направленность (профиль): Ресторанный и гостиничный менеджмент
Квалификация выпускника: бакалавр

Автор-составитель: Кострюкова А.М.

СОДЕРЖАНИЕ

1. __Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы
____ 3
2. __Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания
____ 5
3. __Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
____ 7
4. __Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы
____ 20

1. ПЕРЕЧЕНЬ КОМПЕТЕНЦИЙ С УКАЗАНИЕМ ЭТАПОВ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Процесс изучения дисциплины «Методология питания в индустрии гостеприимства» направлен на формирование следующих компетенций:

Код и наименование компетенций выпускника	Код и наименование индикатора достижения компетенций
УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1. Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; причины, признаки и последствия опасностей; способы действий при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
	УК-8.2. Умеет создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества; оказывать первую помощь в чрезвычайных ситуациях; оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности и принимать меры по ее предупреждению
	УК-8.3. Владеет навыками создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
ПК-4 Способен осуществлять взаимодействие с потребителями и заинтересованными сторонами	ПК-4.1 Организует встречи, переговоры, презентации гостиничного продукта потребителям, партнёрам и другим заинтересованным сторонам
	ПК-4.2 Разрешает проблемные ситуации с потребителями, партнерами, заинтересованными лицами
	ПК-4.3 Владеет английским языком или другим иностранным языком при реализации технологического цикла обслуживания с учетом характеристик постоянных клиентов гостиничного комплекса на уровне, обеспечивающем эффективные профессиональные коммуникации
ПК-6 Способен осуществлять управление ресурсами и персоналом департаментов (служб, отделов) организации сферы гостеприимства и общественного питания	ПК-6.1 Формирует цель и задачи деятельности подразделений организации сферы гостеприимства и общественного питания, организует их выполнение
	ПК-6.2 Организует оценку и обеспечивает текущее и перспективное планирование потребностей департаментов (служб, отделов) организации сферы гостеприимства и общественного питания в материальных ресурсах и персонале
	ПК-6.3 Осуществляет формирование и функционирование системы бизнес-процессов, регламентов и стандартов деятельности подразделений организации сферы гостеприимства и общественного питания

№ п/п	Код компетенции	Наименование компетенции	Этапы формирования компетенций
1.	УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	<i>1 Этап - Знать:</i> УК-8.1. Классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; причины, признаки и последствия опасностей; способы действий при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов; <i>2 Этап - Уметь:</i> УК-8.2. Создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества; оказывать первую помощь в чрезвычайных ситуациях; оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности и принимать меры по ее предупреждению; <i>3 Этап - Владеть:</i> УК-8.3. Навыками создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.
2.	ПК-4	Способен осуществлять взаимодействие с потребителями и заинтересованными сторонами	<i>1 Этап - Знать:</i> ПК-4.1 - способы организации встреч, переговоров, презентаций гостиничного продукта потребителям, партнёрам и другим заинтересованным сторонам; <i>2 Этап - Уметь:</i> ПК-4.2. - разрешать проблемные ситуации с потребителями, партнерами, заинтересованными лицами; <i>3 Этап - Владеть:</i> ПК-4.3. - английским языком или другим иностранным языком при реализации технологического цикла обслуживания с учетом характеристик постоянных клиентов гостиничного комплекса на уровне, обеспечивающем эффективные профессиональные коммуникации.
3.	ПК-6	Способен осуществлять управление ресурсами и персоналом департаментов (служб, отделов) организации сферы гостеприимства и общественного	<i>1 Этап - Знать:</i> ПК-6.1. - цели и задачи деятельности подразделений организации сферы гостеприимства и общественного питания; <i>2 Этап - Уметь:</i> ПК-6.2 - организовать оценку и текущее и перспективное планирование потребностей

		питания	департаментов (служб, отделов) организации сферы гостеприимства и общественного питания в материальных ресурсах и персонале;
			3 Этап - Владеть: ПК-6.3. - навыками организации системы бизнес-процессов, регламентов и стандартов деятельности подразделений организации сферы гостеприимства и общественного питания.

2. ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ, ОПИСАНИЕ ШКАЛ ОЦЕНИВАНИЯ

№ п/п	Код компетенции	Наименование компетенции	Критерии оценивания компетенций на различных этапах формирования	Шкала оценивания
1.	УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	1 Этап - Знать: УК-8.1. Классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; причины, признаки и последствия опасностей; способы действий при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов; 2 Этап - Уметь: УК-8.2. Создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества; оказывать первую помощь в чрезвычайных ситуациях; оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности и принимать меры по ее предупреждению; 3 Этап - Владеть: УК-8.3. Навыками создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	ЗАЧЁТ 1. Глубокое и прочное усвоение материала по дисциплине. 2. Свободное владение понятийным аппаратом, умение его использовать его; 3. Знание основных методик изучения энергообмена и питания; 4. Выполнение практических заданий и самостоятельной работы за семестр; 5. Точность и обоснованность выводов; 6. Точные, полные и логичные ответы на дополнительные вопросы; 7. Умение логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь. НЕЗАЧЁТ 1. Незнание значительной части материала по дисциплине; 2. Незнание основных
2.	ПК-4	Способен	1 Этап - Знать:	

		осуществлять взаимодействие с потребителями и заинтересованными сторонами	ПК-4.1 - способы организации встреч, переговоров, презентаций гостиничного продукта потребителям, партнёрам и другим заинтересованным сторонам;	терминов, классификаций; 3. Неумение использовать основные методики изучения энергообмена и питания; 4. Неумение выделить главное, сделать выводы и обобщения; 5. Грубые ошибки при выполнении практического задания и самостоятельной работы; 6. Неправильные ответы на дополнительные вопросы.
			<i>2 Этап - Уметь:</i> ПК-4.2. - разрешать проблемные ситуации с потребителями, партнерами, заинтересованными лицами; <i>3 Этап - Владеть:</i> ПК-4.3. - английским языком или другим иностранным языком при реализации технологического цикла обслуживания с учетом характеристик постоянных клиентов гостиничного комплекса на уровне, обеспечивающем эффективные профессиональные коммуникации.	
3	ПК-6	Способен осуществлять управление ресурсами и персоналом департаментов (служб, отделов) организации сферы гостеприимства и общественного питания	<i>1 Этап - Знать:</i> ПК-6.1. - цели и задачи деятельности подразделений организации сферы гостеприимства и общественного питания;	
			<i>2 Этап - Уметь:</i> ПК-6.2 - организовать оценку и текущее и перспективное планирование потребностей департаментов (служб, отделов) организации сферы гостеприимства и общественного питания в материальных ресурсах и персонале;	
			<i>3 Этап - Владеть:</i> ПК-6.3. - навыками организации системы бизнес-процессов, регламентов и стандартов деятельности подразделений организации сферы гостеприимства и общественного питания.	

3. ТИПОВЫЕ КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ ИЛИ ИНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1 ЭТАП – ЗНАТЬ

Контрольная работа по теме «Обмен веществ и энергии».

1. Энергетический коэффициент и энергетическая ценность.
2. Основной обмен.
3. Рабочий обмен.
4. Методы определения расхода энергии.

Контрольная работа по теме «Теория сбалансированного питания и другие современные научные теории питания. Альтернативные теории питания»

1. Основные положения теории сбалансированного питания Покровского.
2. Основные положения теорий адекватного и функционального питания.
3. Основные положения диеты Дюкана и лечебного голодания.
4. Основные положения теорий вегетарианства и сыроедения.

2 ЭТАП – УМЕТЬ

Написание конспекта

Конспект – это краткое, связанное и последовательное изложение констатирующих и аргументирующих положений текста. Тематический конспект является кратким изложением данной темы, раскрываемой по нескольким источникам.

Тема: Белки в питании человека

Рассмотреть функции незаменимых аминокислот в организме.

Тема: Питание пожилых людей

По теоретическому материалу, выданному преподавателем, составить конспект по следующим вопросам:

1. Составить схему «Возрастные группы населения старше 60 лет»
2. Дайте определение старости и геродиететике.
3. Кратко охарактеризуйте возрастные изменения в организме человека.
4. Кратко охарактеризуйте основные принципы питания пожилых и старых людей. Объясните для каждого принципа почему важно его выполнение.
5. Перечислите причины переедания и ожирения. Будут ли они способствовать избыточной массе тела только в старости?
6. Укажите величины средней энергоценности рациона мужчин и женщин старше 60 лет в зависимости от возрастной группы. За счет каких продуктов рекомендуется ограничивать калорийность питания в пожилом возрасте?
7. Укажите величины потребности в белках мужчин и женщин старше 60 лет в зависимости от возрастной группы.
8. Какими могут быть последствия недостатка или избытка белоксодержащих продуктов в рационе в этом возрасте? Перечислите наиболее предпочтительные белковые продукты.
9. Укажите величины потребности в жирах мужчин и женщин старше 60 лет в зависимости от возрастной группы. Перечислите источники животных жиров, потребление которых нужно ограничивать в рационе.
10. Какая доля от потребляемых жиров должна приходится на жиры молока и растительных масел?

11. Укажите величины потребности в углеводах мужчин и женщин старше 60 лет. Перечислите продукты, предпочтительные в качестве их источников. Почему пищевые волокна так важны для пищевого рациона пожилого человека?

12. Какие углеводы следует потреблять в небольшом количестве? Почему? А какие продукты, содержащие легкоусвояемые углеводы, нужно включать в рацион?

13. Приведите соотношение массой белков, жиров и углеводов.

14. Почему достаточное количество кальция, магния, калия и железа в продуктах питания так важно для пожилых людей?

15. Как можно уменьшить возникновение отеков и почему?

16. Перечислите необходимые для пожилого человека витамины и какие функции они выполняют.

17. Какой режим питания в пожилом возрасте наиболее рационален? Объясните почему?

Тема: Санитарные правила и требования

По теоретическому материалу, выданному преподавателем, составить конспект в виде схем, описывающие:

1. Санитарные правила хранения продуктов и требования к мытью столовой посуды.
2. Санитарные требования к тепловой обработке продуктов.
3. Санитарные требования к приготовлению кондитерских кремовых изделий.
4. Санитарные требования к приготовлению скоропортящихся мясных блюд и изделий.
5. Санитарные требования к приготовлению холодных блюд.
6. Санитарные требования к механической обработке рыбы.
7. Санитарные требования к механической и кулинарной обработке овощей.

Решение ситуационных задач

Тема: Обмен веществ и энергии

1. Используя эмпирические формулы, таблицы Гаррис-Бенедикта и данные поверхности тел, рассчитать величину основного обмена (ВОО).
2. По величине ВОО рассчитать рабочий (общий обмен).
3. Рассчитать рабочий обмен, используя хронометражно табличный метод.

Тема: Пищевая ценность продуктов и блюд

Рассчитать химический состав и энергетическую ценность выбранного блюда.

Химический состав и энергетическая ценность продуктов определяется по справочным таблицам «Химический состав пищевых продуктов».

Тема: Рациональное питание. Правила здорового питания

1. Составить и рассчитать пищевой рацион на 3 дня по правилам рационального питания. Составить пирамиды питания.
2. Рассчитать химический состав и энергетическую ценность пищевого рациона одного из дней.

Тема: Изучение фактического питания по анализу частоты потребления пищи

Рассчитать суточное потребление энергии и пищевых веществ с помощью метода изучения фактического питания по анализу частоты потребления пищи.

Задание на структурирование информации в табличном виде

В начале работы с таблицей необходимо внимательно изучить ее содержание. Заполнение таблицы осуществляется с помощью теоретического материала, выданного преподавателем по дисциплине «Методология питания в индустрии гостеприимства».

Таблица должна быть заполнена в письменном формате.

Тема: Пищевая ценность продуктов растительного и животного происхождения

Таблица 1. Сравнительная характеристика пищевой ценности продуктов растительного происхождения

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Минеральные элементы	Витамины	Энергоценность

Таблица 2. Сравнительная характеристика пищевой ценности продуктов животного происхождения

Продукт	Белки	Жиры	Углеводы	Минеральные элементы	Витамины	Энергоценность

Тема: Питание беременных и кормящих женщин

Таблица 3. Особенности питания беременных и кормящих женщин

	Нормы	Источники и рекомендации	Ограничения
Беременные женщины			
Энергоценность			
Белки			
Углеводы			
Жиры			
Минеральные элементы			
Витамины			
Свободная жидкость			
Поваренная соль			
Режим питания			
Кормящие женщины			
Энергоценность			
Белки			
Углеводы			
Жиры			
Минеральные элементы			
Витамины			
Свободная жидкость			
Поваренная соль			
Режим питания			

Тема: Пищевые инфекционные заболевания

Таблица 4. Характеристика пищевых инфекционных заболеваний

Название инфекции	Признаки заболевания	Возбудитель инфекции	Пути заражения человека	Меры профилактики
Дизентерия				
Брюшной тиф				
Холера				
Вирусный гепатит				
Бруцеллез				
Туберкулез				
Сибирская язва				
Ящур				

Тема: Пищевые интоксикации и глистные заболевания

Таблица 5. Характеристика пищевых интоксикаций и глистных заболеваний

Таблица 5. Характеристики пищевых интоксикаций и алиментарных заболеваний			
Название пищевого отравления	Возбудители и пути отравления	Признаки отравления	Меры профилактики
Сальмонеллез			
Отравления условно-патогенными микробами			
Ботулизм			
Стафилококковое отравление			
Микотоксикозы			
Название паразита		Пути заражения	Меры профилактики
Аскариды			
Цепень бычий и свиной (солитер)			
Трихинеллы			
Широкий лентец			
Описторхисы (кошачья двуустка)			
Эхинококк			

Создание доклада с презентацией по заданной теме

Доклад – расширенное устное сообщение, на основе совокупности ранее опубликованных работ, по соответствующей отрасли научных знаний, представляет собой обобщённое изложение материала.

Мультимедийные презентации используются для того, чтобы обучающийся смог наглядно продемонстрировать визуальные (табличные, графические) материалы, освоенные в ходе самостоятельной и практической работы по определенной теме.

Общие требования к презентации:

Презентация не должна быть меньше 5 слайдов.

Первый слайд – титульный лист, на котором обязательно должны быть представлены: тема; фамилия, имя, автора, номер учебной группы;

В структуре презентации необходимо использовать: графическую и анимационную информацию: схемы, таблицы, диаграммы и т.д.

Тема: Витамины, минеральные вещества, вода в питании человека

Выбрать любой витамин и минеральный элемент и написать доклад, а также создать презентацию, в которых отражены их функции, источники и суточная потребность для взрослого человека.

Тема: Пищевая ценность продуктов растительного и животного происхождения

Выбрать любой фрукт, овощ или ягоду и написать доклад, а также создать презентацию, в которых отражены их пищевая ценность, польза и вред для здоровья человека.

Тема: Теория сбалансированного питания и другие современные научные теории питания. Альтернативные теории питания

Выбрать любую альтернативную диету и написать доклад, а также создать презентацию, в которых отражены ее суть, примерный суточный рацион, достоинства и недостатки с точки зрения здоровья человека.

Создание презентации

Мультимедийные презентации используются для того, чтобы обучающийся смог наглядно продемонстрировать визуальные (табличные, графические) материалы, освоенные в ходе самостоятельной и практической работы по определенной теме.

Общие требования к презентации:

Презентация не должна быть меньше 4 слайдов.

Первый слайд – титульный лист, на котором обязательно должны быть представлены: тема; фамилия, имя, автора, номер учебной группы;

В структуре презентации необходимо использовать: графическую и анимационную информацию: схемы, таблицы, диаграммы и т.д.

Тема: Оптимизация питания

Используя данные по БАДам, зарегистрированным в Роспотребнадзоре (<http://fp.crc.ru/gosregfr/?type=max>) создать презентацию с примерами препаратов: а) нутрицевтик, б) парафармацевтик, в) пробиотик. Представить их фото, состав и показания к применению.

Задание на структурирование информации в виде ментальной карты

Ментальная карта – это инструмент для визуализации мышления, используемый для сбора информации, ее анализа, запоминания и генерирования новых идей. Ментальные карты являются альтернативой привычным линейным конспектам, которые используются в сфере образования. Так как цель ментальных карт – наглядно отобразить сложную информацию и сложные взаимосвязи внутри нее, они тем самым способствуют ее лучшему запоминанию.

Тема: Питание детей и подростков

По теоретическому материалу, выданному преподавателем, нарисовать ментальную карту, отражающую особенности питания детей и подростков.

Тема: Питание людей, занимающихся умственным трудом

По теоретическому материалу, выданному преподавателем, нарисовать ментальную карту, отражающую особенности питания людей, занимающихся умственным трудом.

3 ЭТАП – ВЛАДЕТЬ**Вопросы к зачёту**

1. Наука о питании. Цели и задачи нутрициологии. Диетология.
2. Пищеварение в ротовой полости. Глотка и пищевод. Пищеварение в желудке. Пищеварение в тонком кишечнике. Пищеварение в толстом кишечнике.
3. Общие понятия об обмене веществ. Виды расхода энергии. Методы определения энергозатрат.
4. Строение и функции белков. Азотистый баланс. Биологическая ценность белков. Расчет биологической ценности белков методом аминокислотного скорра. Основные источники белка в питании. Потребность и нормирование белков в рационе питания.
5. Строение и функции жиров. Нейтральные жиры. Жироподобные вещества. Основные источники жиров в питании. Потребность и нормирование жиров в рационе питания.
6. Строение и функции углеводов. Простые и сложные углеводы. Основные источники углеводов в питании. Потребность и нормирование углеводов в рационе питания.
7. Витамины. Классификация по растворимости в воде и жирах. Основные функции.
8. Минеральные элементы: макро- и микроэлементы. Основные функции.
9. Продукты животного происхождения.
10. Продукты растительного происхождения.
11. Пищевая ценность. Расчет пищевой ценности.
12. Рациональное питание. Правила здорового питания.
13. Пищевой статус. Антропометрические показатели.
14. Современные научные и альтернативные теории питания.
15. Биологически активные добавки.
16. Обогащение пищевых продуктов.
17. Генетически модифицированные источники пищи.
18. Питание детей и подростков.
19. Питание беременных и кормящих женщин.
20. Питание в пожилом возрасте и старости.
21. Питание лиц умственного труда.
22. Лечебное (диетическое питание).
23. Лечебно-профилактическое питание.
24. Вредные вещества в пище.
25. Защитные компоненты в пище.
26. Пищевые заболевания
27. Обработка продуктов питания.

Тест для самоконтроля (примерные вопросы итогового тестирования)

1. Структура белка, несуществующая в природе:
 1. Пятеричная
 2. Вторичная
 3. Четвертичная
2. Химический элемент, входящий в состав белков:
 1. Йод
 2. Фтор
 3. Азот

3. Количество азота, поступившего с пищей, соответствует количеству азота, выделенного из организма, при азотистом ...
1. Положительном балансе
 2. Отрицательном балансе
 3. Равновесии
4. Сложные белки содержат:
1. Аминокислоты
 2. Минеральные соли
 3. Нуклеиновые кислоты
5. Мономерами белка являются:
1. Моносахариды
 2. Азотистые основания
 3. Аминокислоты
6. Эссенциальные аминокислоты:
1. Синтезируются в организме человека
 2. Поступают в готовом виде с пищей
 3. Образуются в процессе метаболизма
7. Незаменимая аминокислота, не синтезирующаяся в организме ребенка до трех лет, называется ...
1. Триптофан
 2. Валин
 3. Гистидин
8. Жиры содержатся в следующей части яиц:
1. Белке
 2. Желтке
 3. Скорлупе
9. Белок молока называется ...
1. Гликоген
 2. Альбумин
 3. Казеин
10. Расщепление белков в организме человека начинается в ...
1. Ротовой полости
 2. Двенадцатиперстной кишке
 3. Желудке
11. Большинство овощей и фруктов бедно:
1. Витаминами
 2. Углеводами
 3. Белками
12. Биологическим методом определения ценности белка - это:
1. Определение аминокислотного сора
 2. Определение коэффициента эффективности белка
 3. Определение состава идеального белка

13. Основной углевод молока - это:

1. Крахмал
2. Лактоза
3. Глюкоза

14. С возрастом энергозатраты:

1. Понижаются
2. Увеличиваются
3. Остаются неизменными

15. Показатель качества жиров продуктов, отражающий содержание в них ПНЖК, называется ...

1. Биологическая эффективность
2. Энергетическая ценность
3. Биологическая ценность

16. Расщепление углеводов в организме человека начинается в ...

1. Желудке
2. Ротовой полости
3. Тонком кишечнике

17. Норма белка для взрослого человека в сутки составляет ... г/кг веса

1. 0,8-1,0
2. 2,0-2,5
3. 0,5-0,7

18. Более высоким содержанием белков характеризуется:

1. Мясо
2. Картофель
3. Грибы

19. Наименьшим содержанием жиров характеризуется:

1. Утка
2. Икра
3. Сдоба

20. Пектины используют в лечебно-профилактическом питании, так как они:

1. Связывают и выводят из организма тяжелые металлы и радионуклиды
2. Впитывают и снижают степень интоксикации вредных веществ
3. Все перечисленное верно

21. Минеральный элемент, содержащийся в мясе:

1. Железо
2. Кальций
3. Марганец

22. Более высоким содержанием витамина А характеризуется:

1. Сметана
2. Печень
3. Молоко

23. Наименьшим содержанием меди характеризуется:

1. Печень

2. Рыба
3. Молоко

24. Пищевые волокна в организме человека расщепляются в ...

1. Толстом кишечнике
2. Тонком кишечнике
3. Желудке

25. Сбалансированностью рациона называют определенные соотношения между:

1. Калорийностью отдельных приемов пищи (завтрак, обед, ужин)
2. Основными пищевыми веществами (белками, жирами, углеводами)
3. Основными пищевыми веществами (белками, жирами, углеводами) и составными компонентами (аминокислотами, жирными кислотами и т.п.)

26. Самый длинный отдел пищеварительного тракта:

1. Толстый кишечник
2. Пищевод
3. Тонкий кишечник

27. Простые сахара:

1. Глюкоза
2. Крахмал
3. Клетчатка

28. Научно-обоснованное питание людей называют ...

1. Рациональным
2. Лечебным
3. Лечебно-профилактическим

29. Нутрициология - это наука о питании ...

1. В старости ...
2. Беременных и кормящих женщин
3. Всех групп людей

30. Рациональное питание больного человека, которое является самостоятельным лечебным фактором:

1. Специализированное питание
2. Лечебное питание
3. Лечебно-профилактическое питание

31. Белково-отрубной хлеб относится к продуктам лечебного питания:

1. С пониженным содержанием белка
2. С измененным составом жиров
3. С измененным составом углеводов

32. Нормативные значения массы тела индекса Кетле ($\text{кг}/\text{м}^2$):

1. 20-25
2. 22-25
3. 18-20

33. Интервалы между приемами пищи не должны превышать ... часов

1. 2-3
2. 6
3. 4-5

34. Ожирение, при котором избыточный жир располагается на животе, в верхней части туловища и в брюшной полости называется:

1. Ягодичным
2. Ягодично-бедренным
3. Абдоминальным

35. Носителем при обогащении являются:

1. Алкогольные напитки
2. Овощи
3. Хлеб и хлебобулочные изделия

36. Возрастные группы взрослого трудоспособного населения, выделяемые при нормировании потребности в энергии и пищевых веществах:

1. 18-25;26-35;36-55
2. 18-29;30-49; 50-69
3. 18-29;30-39; 40-59

37. Рекомендуют делать последний прием пищи за ... ч до сна

1. 1,0
2. 2,5-3,0
3. 5,0

38. Дополнительные источники нутриентов, применяемые для коррекции химического состава пищи, называются:

1. Парафармацевтики
2. Пребиотики
3. Нутрицевтики

39. Напиток, рекомендуемый для поднятия тонуса, относится к ... обогащенным продуктам

1. Специализированным
2. Функциональным
3. Лечебно-профилактическим

40. Соотношение между белками, жирами и углеводами в питании детей младшего возраста составляет:

1. 1,0:1,0:4,0
2. 1,0:1,2:4,6
3. 1,0:1,0:3,0

41. Носителем при обогащении могут быть:

1. Яблоки
2. Колбасные изделия
3. Молочные продукты

42. Научно-обоснованное рациональное питание в старости называется:

1. Геродиететикой
2. Пожилой диетологией

3. Лечебной диететикой

43. Исключают из рациона при механическом щажении в лечебном питании:

1. Экстрактивные вещества
2. Пищевые волокна
3. Органические кислоты

44. Система стандартных диет включает ... диету

1. Низкоуглеводную
2. Низкожировую
3. Низкобелковую

45. Соотношение между белками, жирами и углеводами в сбалансированном питании составляет:

1. 1,0:1,2:4,6
2. 1,2:3,0:4,8
3. 1,0:2,0:4,0

46. Пищевые вещества, избирательно стимулирующие рост и (или) биологическую активность представителей защитной микрофлоры кишечника.

1. пробиотики
2. Пребиотики
3. Мультибиотики

47. Витамины, ПНЖК, фосфолипиды, минеральные вещества, аминокислоты, простые углеводы, пищевые волокна входят в состав:

1. Пробиотика
2. Парафармацевтика
3. Нутрицевтика

48. Сейчас в России используют в лечебном питании систему ... диет

1. Стандартных
2. Номерных
3. Сбалансированных

49. Температура горячих блюд в лечебном питании должна быть не выше ... °С

1. 62-65
2. 45-50
3. 70-75

50. Температура холодных блюд при лечебном питании должна быть не ниже ... °С

1. 0-5
2. 5-10
3. 12-15

51. Самый калорийный фрукт:

1. Яблоко
2. Апельсин
3. Банан

52. По правилам здорового питания потребление мяса, молока или рыбы должно составлять ... раза в день:

1. 2-3
2. 4-5
3. 1-2

53. Диета, назначаемая при заболеваниях почек:

1. Низкобелковая
2. Высокобелковая
3. Шадящая

54. Фактором риска возникновения заболеваний метаболического синдрома является ... ожирение

1. Нижнее
2. Верхнее
3. Среднее

55. Диета, назначаемая при сахарном диабете второго типа с ожирением:

1. Низкокалорийная
2. Основная
3. Низкобелковая

56. БАД должна быть зарегистрирована в:

1. Институте питания РАМН
2. Федеральной службе Роспотребнадзора.
3. Промышленно-торговой палате

57. Заразные пищевые заболевания, которые вызываются только болезнетворными микроорганизмами называются:

1. Инвазионными заболеваниями
2. Пищевыми инфекциями
3. Пищевыми отравлениями

58. Питание детей дифференцируется в зависимости от пола, начиная с ... лет

1. 6
2. 14
3. 11

59. Сочетание дефицита витамина D и ультрафиолетового облучения вызывает у детей:

1. Цингу
2. Рахит
3. Пелагру

60. Кратность приема пищи в дошкольном возрасте должна быть не менее ... раз

1. 4
2. 5
3. 3

61. Гиподинамия зачастую сопровождается ... деятельностью

1. Тяжелую физическую
2. Умственную
3. Экстремальную

62. При язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки в стадии обострения рекомендуют ... лечебную диету:

1. Основную
2. Щадящую
3. Низкокалорийную

63. Снизить процесс отекообразования можно

1. Потребляя продукты, богатые калием
2. Снизив потребление натрия
3. Ни то, ни другое не подходит

64. Теория питания, при которой не разрешается одновременное употребление продуктов, богатых белками и углеводами, то есть пищевые продукты не смешиваются – это ...:

1. Вегетарианство
2. Сыроедение
3. Раздельное питание

65. При обострении язвенной болезни назначают химически и механически щадящую диету. При улучшении здоровья больного переводят на «непротертую» диету (без механического щажения) – ... это метод

1. Контраста
2. Тренировки
3. Разгрузочных дней

66. Обед при четырехразовом питании должен обеспечивать ... % суточной плотности рациона

1. 25
2. 30
3. 35

67. Второй завтрак при четырехразовом питании должен обеспечивать ... % суточной плотности рациона

1. 25
2. 20
3. 15

68. Ужин при четырехразовом питании должен обеспечивать ... % суточной плотности рациона

1. 35
2. 30
3. 25

69. Вторым ужином может включать:

1. Сыр
2. Фрукты
3. Мясной бульон

70. V группа физической активности предусмотрена только для:

1. Женщин
2. Не предусмотрена вообще
3. Мужчин

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ В ПРОЦЕССЕ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1 ЭТАП – ЗНАТЬ

Контрольная работа

Критерии оценки ответов студентов:

- правильность ответа по содержанию задания (учитывается количество и характер ошибок при ответе);
- полнота и глубина ответа (учитывается количество усвоенных фактов, понятий и т.п.);
- сознательность ответа (учитывается понимание излагаемого материала);
- логика изложения материала (учитывается умение строить целостный, последовательный рассказ, грамотно пользоваться специальной терминологией);
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи (учитывается умение использовать наиболее прогрессивные и эффективные способы достижения цели);
- рациональность использования времени, отведенного на задание (не одобряется затянутость выполнения задания, устного ответа во времени, с учетом индивидуальных особенностей студентов).

Критерии оценивания работы студента

Оценка	Правильность (ошибочность) выполнения задания
«отлично»	полно и аргументировано отвечает по содержанию задания; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно.
«хорошо»	полно и аргументировано отвечает по содержанию задания; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; излагает материал последовательно и правильно, но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет.
«удовлетворительно»	обнаруживает знание и понимание основных положений данного задания; излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки.
«неудовлетворительно»	незнание ответа на соответствующее задание; допускает ошибки в формулировке определений и правил,

	искажающие их смысл; беспорядочно и неуверенно излагает материал; недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.
--	---

2 ЭТАП- УМЕТЬ

Написание конспекта

Конспект должен содержать исходные данные источника, конспект которого составлен.

В нём должны найти отражение основные положения текста.

Объём конспекта не должен превышать одну треть исходного текста.

Соблюдайте основные правила конспектирования:

1. Внимательно прочитайте весь текст или его фрагмент – параграф, главу.

2. Выделите информативные центры прочитанного текста.

3. Продумайте главные положения, сформулируйте их своими словами и запишите.

4. Подтвердите отдельные положения цитатами или примерами из текста.

5. Используйте разные цвета маркеров, чтобы подчеркнуть главную мысль, выделить наиболее важные фрагменты текста.

Конспект – это сокращённая запись информации. В конспекте, как и в тезисах, должны быть отражены основные положения текста, которые при необходимости дополняются, аргументируются, иллюстрируются одним или двумя самыми яркими и, в то же время, краткими примерами.

Конспект может быть кратким или подробным. Он может содержать без изменения предложения конспектируемого текста или использовать другие, более сжатые формулировки.

Конспектирование является одним из наиболее эффективных способов сохранения основного содержания прочитанного текста, способствует формированию умений и навыков переработки любой информации.

Критерии оценивания работы студента

Оценка	Правильность (ошибочность) выполнения задания
«отлично»	Учащийся выполнил все требования к написанию конспекта, в конспекте достаточно полно отражен материал.
«хорошо»	Основные требования к конспекту выполнены, но при этом допущены недочёты.
«удовлетворительно»	Тема конспекта освещена лишь частично; допущены фактические ошибки.
«неудовлетворительно»	Тема конспекта не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы

Решение ситуационных задач

Решение ситуационных задач способствует развитию навыков самоорганизации деятельности, формированию умения объяснять явления действительности, развитию способности ориентироваться в мире ценностей, повышению уровня функциональной грамотности, формированию ключевых компетентностей, подготовке к профессиональному выбору, ориентации в ключевых проблемах современной жизни. Во всех случаях решение ситуационных задач будет направлено на достижение метапредметных результатов, то есть образовательных результатов, выходящих за рамки учебного предмета и применимых в разных видах деятельности.

Критерии оценивания работы с ситуационными задачами

Оценка	Правильность (ошибочность) выполнения задания
«отлично»	Учащийся показывает прекрасное знание темы и правильно выполняет все задания.
«хорошо»	Учащийся в полной мере владеет знанием темы и правильно выполняет 80 % задания.
«удовлетворительно»	Учащийся недостаточно хорошо знает тему и правильно выполняет 60 % задания.
«неудовлетворительно»	Учащийся не понимает тему и выполняет меньше 60 % задания.

Задание на структурирование информации в табличном виде*Критерии оценивания работы с таблицей*

Оценка	Правильность (ошибочность) выполнения задания
«отлично»	Представлены таблицы в письменном формате. Содержание таблиц соответствует тематическим разделам (название столбца). Информация в таблице структурирована и соответствует теоретическим положениям и практическим расчетам в экономической деятельности. Поля и колонки таблицы заполнены на 100%.
«хорошо»	Представлены таблицы в письменном формате. Содержание таблиц соответствует тематическим разделам (название столбца). Информация в таблице структурирована, но имеет некоторые неточности, в отражении теоретических положений и практических расчетов в экономической деятельности. Поля и колонки таблицы заполнены на 80%.
«удовлетворительно»	Представлены таблицы в письменном формате. Содержание таблиц соответствует тематическим разделам (название столбца). Информация в таблице не структурирована и имеет существенные недочеты в отражении теоретических положений и практических расчетов в экономической деятельности. Поля и колонки таблицы заполнены на 60%.
«неудовлетворительно»	Представлено таблиц в печатном формате. Содержание таблиц не соответствует тематическим разделам (название столбца). Информация в таблице не структурирована и имеет существенные недочеты в отражении теоретических положений и практических расчетов в экономической деятельности. Поля и колонки таблицы заполнены на менее чем на 50%.

Создание доклада с презентацией по заданной теме

Презентация отражает основные положения темы доклада. Содержит полную, понятную информацию по теме работы. Наблюдается орфографическая и пунктуационная грамотность.

Количество слайдов соответствует содержанию и продолжительности выступления (для 5-минутного выступления рекомендуется использовать не более 10 слайдов). Имеется титульный слайд и слайд с выводами. Иллюстрации хорошего качества, с четким изображением, текст легко читается. В презентации используются средства наглядности информации (таблицы, схемы, графики и т. д.).

При выступлении студент свободно владеет содержанием, ясно и грамотно излагает материал, свободно и корректно отвечает на вопросы и замечания аудитории. Выступающий точно укладывается в рамки регламента (5 минут).

Критерии оценивания доклада

Оценка	Правильность (ошибочность) выполнения задания
«отлично»	Учащийся выполнил все требования к докладу, в презентации достаточно полно отражен материал.
«хорошо»	Основные требования к докладу выполнены, но при этом допущены недочёты.
«удовлетворительно»	Тема доклада освещена лишь частично; допущены фактические ошибки.
«неудовлетворительно»	Тема доклада не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы

Создание презентации

Критерии оценивания презентации

Оценка	Правильность (ошибочность) выполнения задания
«отлично»	Учащийся выполнил все требования, в презентации достаточно полно отражен материал.
«хорошо»	Основные требования выполнены, но при этом допущены недочёты.
«удовлетворительно»	Тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки.
«неудовлетворительно»	Тема не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы

Задание на структурирование информации в виде ментальной карты

Ментальная карта отражает основные положения рассматриваемой темы. Содержит полную, понятную информацию.

Критерии оценивания работы студента

Оценка	Правильность (ошибочность) выполнения задания
«отлично»	Учащийся выполнил все требования к созданию ментальной карты. Выделены главная идея и базовые подтемы, ключевые слова второго и третьего уровней. Четко видна иерархия и связи между отдельными блоками карты. В оформлении присутствуют разные цвета, картинки, шрифты, символы.
«хорошо»	Учащийся выполнил все требования к созданию ментальной карты. Выделены главная идея и базовые подтемы. Ключевые слова второго и третьего уровней и не

	проработаны. Не видна иерархия и связи между отдельными блоками карты. В оформлении присутствуют разные цвета, картинки, шрифты, символы.
«удовлетворительно»	Учащийся выполнил не все требования к созданию ментальной карты. Выделены главная идея и базовые подтемы, Ключевые слова второго и третьего уровней и не проработаны. Не видна иерархия и связи между отдельными блоками карты. Оформление слишком упрощено, больше схоже со схемой.
«неудовлетворительно»	Учащийся не выполнил все требования к созданию ментальной карты. Не выделены главная идея и базовые подтемы, Ключевые слова второго и третьего уровней и не проработаны. Не видна иерархия и связи между отдельными блоками карты. Оформление слишком упрощены, больше схоже со схемой.

3 ЭТАП – ВЛАДЕТЬ

Зачёт по методологии питания в индустрии гостеприимства

Критерии оценивания знаний на зачёте

ЗАЧЁТ

1. Глубокое и прочное усвоение материала по дисциплине.
2. Свободное владение понятийным аппаратом, умение его использовать его;
3. Знание основных методик изучения энергообмена и питания;
4. Выполнение практических заданий и самостоятельной работы за семестр;
5. Точность и обоснованность выводов;
6. Точные, полные и логичные ответы на дополнительные вопросы;
7. Умение логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную

речь.

НЕЗАЧЁТ

1. Незнание значительной части материала по дисциплине;
2. Незнание основных терминов, классификаций;
3. Неумение использовать основные методики изучения энергообмена и питания;
4. Неумение выделить главное, сделать выводы и обобщения;
5. Грубые ошибки при выполнении практического задания и самостоятельной работы;
6. Неправильные ответы на дополнительные вопросы.

Тест для самоконтроля (примерные вопросы итогового тестирования)

Критерии оценивания теста

Студенты проходят тестирование письменно. Оценка успешности прохождения теста определяется следующей сеткой: от 0% до 29% – «неудовлетворительно», от 30% до 59% – «удовлетворительно»; 60% – 79 % – «хорошо»; 80% -100% – «отлично».