

Kursplan för

Livsmedlens näringsmässiga grunder Basic Nutrition

**YTHA66, 7,5 högskolepoäng, G1
(Grundnivå)**

Gäller för: Läsåret 2017/18

Beslutad av: Programledning LIV

Beslutsdatum: 2017-03-13

Allmänna uppgifter

Fördjupning: Grundnivå, har mindre än 60 hp kurs/er på grundnivå som förkunskapskrav.

Obligatorisk för: YL1

Undervisningsspråk: Kursen ges på svenska

Syfte

Syftet med kursen är att beskriva hur olika näringsämnen digeras, absorberas och metaboliseras i kroppen och hur de påverkar vår hälsa. Kursen ska ge koppling till näringsinnehållet i mat och livsmedel, så att det är tydligt vilka näringsämnen som ingår i olika livsmedel.

Mål

Kunskap och förståelse

För godkänd kurs skall studenten

- beskriva och förklara hur näringsämnen, speciellt lipider, kolhydrater och proteiner, digeras, absorberas och metaboliseras
- beskriva vilka näringsämnen som förekommer i vanliga livsmedel
- beskriva generellt hur respektive näringsämne påverkas under hantering och processning av livsmedel
- beskriva huvuddragen och bakgrunden till de svenska/nordiska näringsrekommendationerna

- beskriva och förklara hur den näringsmässiga kvaliteten på kolhydrater, fett respektive protein bedöms

Färdighet och förmåga

För godkänd kurs skall studenten

- kunna utföra näringsvärdesberäkningar

Värderingsförmåga och förhållningssätt

För godkänd kurs skall studenten

- kunna värdera sammansättningen av de energigivande näringsämnen i mat mot bakgrund av de svenska/nordiska näringsrekommendationerna

Kursinnehåll

Kursen behandlar livsmedlens näringsmässiga grunder när det gäller livsmedels kvalitet och egenskaper. Kursen tar upp digestion och absorption av näringsämnen i mag-tarmkanalen. Vidare behandlas omsättningen i kroppen av energigivande näringsämnen kopplat till hälsa samt vissa vitaminer och mineraler. Stor vikt läggs även vid kopplingen mellan livsmedlen och de svenska/nordiska näringsrekommendationerna samt hur näringsinnehållet förändras vid processning. Kostregistrering och näringsvärdesberäkningar ingår som övningsmoment.

Kursens examination

Betygsskala: UG - (U,G) - (Underkänd, Godkänd)

Prestationsbedömning: Skriftlig tentamen, kostregistrering, inlämningsuppgifter och laborationer.

Om så krävs för att en student med varaktig funktionsnedsättning ska ges ett likvärdigt examinationsalternativ jämfört med en student utan funktionsnedsättning, så kan examinator efter samråd med universitetets avdelning för pedagogiskt stöd fatta beslut om alternativ examinationsform för berörd student.

Delmoment

Kod: 0116. **Benämning:** Skriftlig tentamen.

Antal högskolepoäng: 7,5. **Betygsskala:** UG. **Prestationsbedömning:** Godkänd skriftlig tentamen.

Kod: 0216. **Benämning:** Laborationer.

Antal högskolepoäng: 0. **Betygsskala:** UG. **Prestationsbedömning:** Genomförda laborationer och godkända laborationsrapporter.

Kod: 0316. **Benämning:** Kostregistrering.

Antal högskolepoäng: 0. **Betygsskala:** UG. **Prestationsbedömning:** Inlämnad och godkänd kostregistrering.

Kod: 0416. **Benämning:** Inlämningsuppgift.

Antal högskolepoäng: 0. **Betygsskala:** UG. **Prestationsbedömning:** Inlämnade och godkända inlämningsuppgifter.

Antagningsuppgifter

Förutsatta förkunskaper: YTHA71 Livsmedelskemi I

Begränsat antal platser: Nej

Kursen överlappar följande kurser: YTHA65

Kurslitteratur

- Abrahamsson L et al: Näringslära för högskolan - från grundläggande till avancerad nutrition. Liber AB , 2013, ISBN: 978-91-47-10520-5.

Kontaktinfo och övrigt

Kursansvarig: Maria Glantz, maria.glantz@food.lth.se

Hemsida: <http://www.livsmedel.lth.se>

Övrig information: Under kursen anordnade laborationer, övningar, gästföreläsningar och studiebesök är obligatoriska. Vid laga förhinder får studenten genomföra egen uppgift med motsvarande innehåll.