

重新查詢

友善列印

### 0982學期 課程基本資料

系所 / 年級	保健系 2年級	課號 / 班別	26U00066 / A
學分數	2學分	選 / 必修	必修
科目中文名稱	膳食計劃	科目英文名稱	Meal Planning
主要授課老師	趙哲毅	開課期間	一學年之下學期
人數上限	80 人	已選人數	65人

### 起始週 / 結束週 / 上課地點 / 上課時間

第1週 / 第18週 / I105 / 星期1第05節  
第1週 / 第18週 / I105 / 星期1第06節

請各位同學遵守智慧財產權觀念；請勿非法影印。

### 教學綱要

一、教學目標(Objective)	1. 教導學生瞭解膳食計畫的目的與方法 2. 促使學生熟捻飲食設計的應用工具 1) 每日飲食指標/飲食指南 2) 食物分類/食物代換表 3. 訓練學生設計出符合基礎及特殊營養需求的美味菜單
二、先修科目(Pre Course)	營養學(一)、營養學(二)
三、教材內容(Outline)	應用營養學、生命期營養及食物製備等課程之學理原則,學會如何設計出符合不同生命階段營養所需之健康美味飲食。
四、教學方式(Teaching Method)	1. 教導學生瞭解膳食計畫的目的與方法 2. 促使學生熟捻飲食設計的應用工具 1) 每日飲食指標/飲食指南 2) 食物分類/食物代換表 3. 訓練學生設計出符合基礎及特殊營養需求的美味菜單
五、參考書目(Reference)	膳食計畫 黃紹顏編著 華香園出版社
六、教學進度(Syllabi)	2010/2/22 開學週/課程簡介 趙哲毅 2010/3/1 膳食計畫的定義與目的 趙哲毅 2010/3/8 菜單設計 趙哲毅 2010/3/15 基礎飲食設計與練習(1) 趙哲毅 2010/3/22 基礎飲食設計與練習(2) 趙哲毅 2010/3/29 分組專題報告(1) 趙哲毅 2010/4/5 體重控制飲食設計 趙哲毅 2010/4/12 分組專題報告(2) 趙哲毅 2010/4/19 期中考 趙哲毅

2010/4/26	懷孕期與哺乳期飲食設計	趙哲毅
2010/5/3	嬰幼兒期飲食設計	趙哲毅
2010/5/10	學童營養午餐與青春期飲食設計	趙哲毅
2010/5/17	中老年期飲食設計	趙哲毅
2010/5/24	不同場所節慶之飲食設計與各國之菜色介紹	趙哲毅
2010/5/31	分組專題報告(3)	趙哲毅
2010/6/7	分組專題報告(4)	趙哲毅
2010/6/14	分組專題報告(5)	趙哲毅
2010/6/21	期末考	趙哲毅

七、評量方式(Evaluation)

出席15% 小考15% (考食物代換表) 期中考20% 期末考20% 分組專題報告(口頭+書面)15%+15%

八、講義位址(<http://>)

九、教育目標

重新查詢