

朝陽科技大學
106學年度第2學期教學大綱

當期課號	9031	中文科名	食品營養與安全
授課教師	陳耀寬	開課單位	通識教育中心
學分數	2	修課時數	2
開課班級	四年制0年級 1班		
修習別	校訂必修(自然課群)		
類別	一般課程		

本課程與系所培養學生能力指標關聯度：

核心能力	能力指標	高度關聯	中度關聯	低度關聯
終身學習與獨立思考能力	對議題能形成自己獨立的思考及判斷		✓	
科技應用與問題解決能力	對現代科技及應用有基本的認識並能適當的利用		✓	

本課程培養學生下列知識：

本課程將就食品科技在食品製造及營養學應用性進行講授，讓學生能具備日常生活中如何吃得健康與吃的美味知識。

- 1.使學生能夠瞭解及學習食品成份分類及重要性
- 2.營養五大類及水份(六大營養素)
- 3.食品的特殊添加劑及功效
- 4.食品成份的化學變化及酵素反應
- 5.人體的消化與吸收
- 6.食品的營養價值及基礎飲食計劃

To learn about : 1.The general introduction of food's composition. 2.The five nutritions of food. 3.The special matter of food. 4.The chemical or enzyme reaction of food. 5.The digestion and absorption. 6.The value of food and plan of eating

每週授課主題

- 第01週：緒論：食物營養與安全
- 第02週：食品與食物：天然食品與加工食品
- 第03週：食品安全：分組討論、探討食安事件
- 第04週：化學添加劑對健康的影響
- 第05週：醣類：組成、分類、營養
- 第06週：分享和推薦營養安全小吃
- 第07週：蛋白質：組成、分類、營養
- 第08週：脂質(一)：脂質的分類及特性、脂質的消化和吸收
- 第09週：期中考
- 第10週：脂質(二)：食用油的安全、熱量以及對健康的影響
- 第11週：礦物質：巨量礦物質、微量礦物質與健康之關係
- 第12週：有毒重金屬與健康的關係
- 第13週：維生素(一)：水溶性維生素與健康的關係
- 第14週：維生素(二)：脂溶性維生素與健康的關係
- 第15週：水分與電解質：鹼性水與運動飲料、幫助代謝及調節功能
- 第16週：能量代謝：能量的轉換、熱量的攝取及體重的維持
- 第17週：吃的健康吃的安全：懷孕及生產期飲食、嬰幼青少年及老年期飲食
- 第18週：期末考

成績及評量方式

- 平時作業及出席：30%
期中考：30%
期末考：40%

證照、國家考試及競賽關係

本課程無證照、國家考試及競賽資料。

主要教材

- 1.主要教材：自編講義教材自製教材，輔助教材：食安事件資料(自製教材)

參考資料

本課程無參考資料!

建議先修課程

本課程無建議先修課程

教師資料

教師網頁：<http://www.cyut.edu.tw/~ykchen/>

E-Mail：ykchen@cyut.edu.tw

Office Hour：

星期二,第3~4節,地點:G-407;

星期三,第3~4節,地點:G-407;

分機:4418

[\[關閉\]](#) [\[列印\]](#)

尊重智慧財產權，請勿不法影印。