

朝陽科技大學  
107學年度第2學期教學大綱

當期課號	3081	中文科名	健康餐飲概論
授課教師	陳榕之	開課單位	休閒事業管理系
學分數	3	修課時數	3
		開課班級	四年制1年級 A班
修習別	專業選修		
類別	一般課程		

#### 本課程培養學生下列知識：

培養學生具備健康餐飲衛生規劃能力，對食品營養及食物製備有正確認知及技能，幫助其未來工作職場所需。

- 1.標準作業流程規劃能力
- 2.具備正確的工作倫理與態度
- 3.具備服務品質管理能力
- 4.具備創新思考能力

Students have the ability to plan health food hygiene, food nutrition and food preparation have the correct knowledge and skills to help their future workplace needs.

#### 每週授課主題

- 第01週：每日飲食指南與國民飲食指標
- 第02週：食物與健康
- 第03週：均衡飲食
- 第04週：營養與疾病
- 第05週：食物選擇與購買
- 第06週：醣類的功能及食物來源
- 第07週：蛋白質的功能及食物來源
- 第08週：脂肪的功能及食物來源
- 第09週：期中報告
- 第10週：維生素與礦物質
- 第11週：食療與保健
- 第12週：肥胖與體重管理
- 第13週：熱量與現代人問題
- 第14週：各國飲食
- 第15週：健康飲食
- 第16週：高齡飲食
- 第17週：婦女產後飲食
- 第18週：期末報告

#### 成績及評量方式

- 課堂出席率及上課態度：40%
- 期中報告：30%
- 期末報告：30%

#### 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.餐飲營養學陳雅妍全華97898646307832015一版(教科書)
- 2.飲食與生活張玉欣、柯文華揚智出版社97895781884952007一版(教科書)
- 3.膳食計畫與供應張承晉 金蘭馨 符明伶 黃靖媛 湯惠 苓華格納97898636217682015五版(教科書)

#### 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/~huichun/>  
E-Mail：huichun@cyut.edu.tw

Office Hour :

星期一,第7~8節,地點:R-210;

星期三,第7~8節,地點:R-210;

分機:5341

[\[關閉\]](#) [\[列印\]](#)

尊重智慧財產權，請勿不法影印。