

Τίτλος Μαθήματος	Υγιεινή, Διατροφή και Ασφάλεια Τροφίμων				
Κωδικός Μαθήματος	CGMT-102				
Τύπος μαθήματος	Υποχρεωτικό				
Επίπεδο	Δίπλωμα				
Έτος / Εξάμηνο φοίτησης	1 ^{ος} χρόνος / 1 ^ο εξάμηνο				
Όνομα Διδάσκοντα	TBA				
ECTS	5	Διαλέξεις / εβδομάδα	3	Εργαστήρια / εβδομάδα	Δ/Ε
Στόχος Μαθήματος	Θρεπτικά Συστατικά των Τροφίμων: Κατανόηση των πρωτεϊνών, βιταμινών, και υδατανθράκων στη διατροφή. Ανάπτυξη δεξιοτήτων αναγνώρισης της θρεπτικής αξίας των τροφίμων. Προσωπική Υγιεινή του Μάγειρα: Ενίσχυση πρακτικών προσωπικής υγιεινής για τη διασφάλιση της ασφάλειας των τροφίμων και την προστασία της δημόσιας υγείας. Τροφική Δηλητηρίαση: Ανάπτυξη ευαισθητοποίησης σχετικά με τους κινδύνους της τροφικής δηλητηρίασης και πρόληψης μέσω ασφαλών πρακτικών μαγειρέματος. Υγειονομικός Έλεγχος και Νομοθεσία: Κατανόηση του ρόλου του υγειονομικού ελέγχου στην προστασία της δημόσιας υγείας. Συμμόρφωση με τις νομοθετικές απαιτήσεις για τον χειριστή τροφίμων και τις εγκαταστάσεις. Εφαρμοσμένα Μαθήματα Ασφαλούς Παρασκευής Τροφών: Εκπαίδευση στην ασφαλή παρασκευή τροφών, με έμφαση στην υγιεινή και τις σωστές διαδικασίες μαγειρέματος. Συνεισφορά στη Δημόσια Υγεία: Ανάπτυξη δεξιοτήτων που συνεισφέρουν στη δημόσια υγεία μέσω ασφαλών και υγιεινών πρακτικών στον τομέα της διατροφής και της μαγειρικής.				
Μαθησιακά Αποτελέσματα	Με την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι φοιτητές αναμένονται: Αναγνώριση Θρεπτικών Συστατικών: - Επιτυχής αναγνώριση και κατανόηση των θρεπτικών συστατικών τροφίμων, αξιολογώντας την ρόλο τους στη διατροφή. Αξιολόγηση Διατροφής: - Ικανότητα να αξιολογούν τη θρεπτική αξία και ισορροπία μιας διατροφής, προωθώντας την υγιεινή διατροφή. Αποφυγή Τροφικής Δηλητηρίασης: - Εντοπισμός και αποφυγή τροφίμων κινδύνου, αναπτύσσοντας επίγνωση για την τροφική ασφάλεια. Εργασία με Ασφαλείς Πρακτικές Υγιεινής: - Απόκτηση δεξιοτήτων εργασίας με ασφαλείς πρακτικές υγιεινής κατά την παρασκευή τροφών. Προσδιορισμός Κινδύνων πριν από Υγειονομικό Έλεγχο: - Ικανότητα προσδιορισμού κινδύνων και λήψη προληπτικών μέτρων πριν από υγειονομικό έλεγχο. Εργασία βάσει Νόμου HACCP:				

	Κατανόηση και εφαρμογή του νόμου HACCP για τη διασφάλιση υψηλών προτύπων ασφαλείας τροφίμων.		
Προαπαιτούμενα	Κανένα	Συναπαιτούμενα	Κανένα
Περιεχόμενο Μαθήματος	Διατροφή: - Ορισμός και σημασία των θρεπτικών συστατικών: πρωτεΐνες, υδατάνθρακες, λίπη, βιταμίνες, μεταλλικά στοιχεία, ζάχαρη. - Έξι ομάδες τροφίμων και η σημασία της ισορροπημένης διατροφής. - Αντιμετώπιση του υποσιτισμού και υποδιατροφής. Πέψη και Μεταβολισμός: - Το σύστημα χώνευσης και η διαδικασία πέψης. - Διαιτητική ενέργεια και ο ρόλος του μεταβολισμού. Παροχή Τροφίμων για Διάφορες Ανάγκες: - Εξειδικευμένες ανάγκες ανά ομάδες ανθρώπων (π.χ., ειδικές διατροφικές ανάγκες σε διάφορες ηλικίες). - Αντιμετώπιση των διαφορετικών αναγκών βάσει υγείας, θρησκείας, εργασίας, άσκησης, και φύλου. Τρόφιμα και Επιστήμη των Τροφίμων: - Ανάλυση των θρεπτικών συστατικών σε διάφορες τροφές. - Ισορροπία διατροφής με τον συνδυασμό τροφίμων από διάφορες ομάδες. Πρακτική Προετοιμασία Τροφίμων: - Συνδυασμός τροφίμων, μέθοδοι παραγωγής και μαγειρέματος. - Διατήρηση των θρεπτικών συστατικών στα τρόφιμα. Υγιεινή: - Κίνδυνοι μόλυνσης και πρόληψη. - Προσωπική υγιεινή στον χειρισμό τροφίμων. - Νομοθεσία για την ασφάλεια τροφίμων και κανονισμοί υγιεινής.		
Μεθοδολογία Διδασκαλίας	Το μάθημα παραδίδεται μέσω διαλέξεων, συζητήσεων, εργασιών, παρουσιάσεων, μελετών και εργαστηριακών εφαρμογών. Δραστηριότητες Εξοικείωσης: - Οργάνωση περιηγήσεων σε επαγγελματικές κουζίνες ή εστιατόρια. - Διεξαγωγή δοκιμαστικών σεναρίων μαγειρικής για πρακτική εξάσκηση. Ενισχυμένες Διαδραστικές Διαλέξεις: - Χρήση ποικίλων πολυμέσων, βίντεο, και εικονικής πραγματικότητας για ζωντανές επίδειξεις μαγειρικής. - Συμμετοχικές διαλέξεις με ενεργή συμμετοχή των φοιτητών. Συνεχής Αξιολόγηση και Ανατροφοδότηση: - Εφαρμογή συνεχούς αξιολόγησης με εργασίες, project, και τελικές εξετάσεις. - Παροχή ανατροφοδότησης για τη βελτίωση των επιδόσεων. - Συμμετοχή Επαγγελματιών Κεντρικών Εργαστηρίων:		

	Πρόσκληση επαγγελματιών σεφ για παρουσιάσεις και εργαστηριακές συνεδρίες. Ανάπτυξη Δεξιοτήτων Επικοινωνίας: Εκπαίδευση στη σύνταξη προφορικών και γραπτών αναφορών για επαγγελματική επικοινωνία.			
Βιβλιογραφία	Υποχρεωτικό βιβλίο: ΠΟΙΟΤΗΤΑ & ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ & ΠΟΤΩΝ ISBN: 978-960-418-781-2 ΕΚΔΟΣΗ: 1η Έκδοση ΕΤΟΣ ΕΚΔΟΣΗΣ: 2018 Συγγραφέας/είς:Τσάκνης Ιωάννης			
Αξιολόγηση		50 %	Τελική Εξέταση	
		0 – 40 %	Ενδιάμεση Εξέταση / Εργασίες / Ερωτηματολόγια	
		0 – 30 %	Συμμετοχή στα Εργαστήρια	
		0 – 20 %	Κατ’οικόν Εργασίες	
		0 – 10 %	Παρουσία στην τάξη & Συμμετοχή	
Γλώσσα	Ελληνικά			
ECTS Allocation	Estimated student’s work time distribution in hours:			
	Contact hours		Student’s private time	
	Lecture	36	Private study	64
	Mid-Term Test	1	Homework / Assignments / Projects	20
	Final Exam	2	Test preparation	9
			Final Exam Preparation	18