BİLECİK ŞEYH EDEBALİ ÜNİVERSİTESİ

OSMANELİ MESLEK YÜKSEKOKULU

AŞÇILIK

(2023-2024) Ders Bilgi Formu

Ders Adı	Kodu	Yarıyıl	T+U Saat	AKTS	Z / S
Beslenme İlkeleri	AŞÇ109	1	2 + 0	2,0	Zorunlu

Birim Bölüm	Aşçılık - Ön Lisans (Yüz yüze, Sözlü, Soru cevap, Tartışmalı)
Amaç	Öğrencinin Beslenmenin temel ilkeleri ve temel uygulamaları hakkında bilgi sahibi olmasını sağlamak.
Ders İçeriği	Beslenmenin temel kavramları, besin öğleri (karbonhidratlari proteinler, yağlar, vitaminler, mineraller ve su), enerji metobolizması, besin grupları (et, süt,yumurta, kurubaklagil, tahıllar), yemek planlama konularından oluşmaktadır.
Ders Veren	Öğr. Gör. Ebubekir YILMAZ , Öğr. Gör. Olgun ÇIRAK
Ders Kaynakları	BULDUK S., Beslenme İlkeleri ve Mönü Planlama, Detay Yayıncılık, 2005

Hafta	Konu
1	Beslenmeye Genel Bakış
2	Sağlıklı Bir Diyet Planlama
3	Sindirim, Emilim ve Taşıma
4	Karbonhidratlar (şekerler, nişastalar ve diyet lifleri) ve yağlar; trigliseridler, fosfolipidler ve steroller .
5	Proteinler, aminoasitler ve metabolizma
6	Enerji dengesi ve vücut kompozisyonu Kilo yönetimi: şişmanlık, zayıflık
7	Suda çözünen vitaminler, yağda çözünen vitaminler, antioksidanlar
8	Genel Tekrar, Ara sınav
9	Su ve majör mineraller, iz mineraller
10	Şişmalık - Zayıflık
11	Yaşam Boyu Beslenme
12	Besin Grupları
13	Yaşam boyu egzersiz
14	Menü Planlama

Ders İş Yükü	Çalışma Türü / Öğretim Metotlar	Süresi (Saat)	Sayısı
Dinleme ve anlamlandırma, gözlem/durumları işleme, eleştirel düşünme, soru geliştirme	Tartışmalı Ders	2	10
Dinleme ve anlamlandırma	Ders	2	14
Ara Sınav 1		2	1
Final		7	1
	Ders İş Yükü:	107	
	AKTS (Ders İş Yükü / 25.5):	4,20	

Program Çıktıları	
1	Aşçılık ile ilgili kuramlar, olgular kavramlar ve ilkeler hakkında temel düzeyde bilgi sahibi olur ve aşçılık ile ilgili edindiği bilgileri iş ortamında ve mesleğinde kullanır.
2	Turizm kavramı, turizm çeşitleri, gastronomi turizmi, ağırlama işletmelerinde verilen hizmetler hakkında bilgi sahibi olur ve bu bilgileri çalışma hayatında kullanır.
3	Menü planlama, pişirme yöntemleri, dünya mutfakları, yöresel mutfaklar gibi çeşitli konularda bilgi ve yöntem sahibi olma ve bu bilgi ve yöntemleri mesleki gelişime yönelik kullanabilir.
4	Beslenme ilkeleri, besinlerin hazırlanmasında hijyen sanitasyon, gıdaların saklama koşuları, işlevsel besinler ve beslenme türleri hakkında bilgi sahibi olur.
5	Yiyecek içecek terminolojisine hâkim olmak, yiyeceklerin nasıl hazırlanması gerektiği, menü kalemleri hazırlanması ve yiyeceklerin maliyetlerini çıkarma konusunda bilgi sahibi olur.
6	Mutfak planlama ve organizasyonu, aşçılık mesleği ile ilgili kalite hizmetleri, mutfakta iş güvenliği ve ilk yardım, aşçılık mesleğinde etik davranışlar hakkında bilgi sahibi olur.
7	Soğuk mezeler-salatalar hazırlamak, pastane ürünleri hazırlamak, ziyafet menüleri oluşturmak becerisi kazandırır.
8	Farklı ülke mutfaklarına ait menülerin hazırlanması ve servis edilme şekilleri becerisini kazandırmak.
9	Ahlak, İş ve meslek etiği, turizmde iş etiği, etik kaynakları, etik standartları, turizm işletmelerinde yaşanan etik sorunlar hakkında bilgi sahibi olur
10	Anadolu uygarlıkları, Türkiye'nin genel coğrafyası, Türkiye'deki kültürel miras unsurları, dünya harikaları hakkında bilgi sahibi olur
11	Turizm pazarlaması ile ilgili temel prensipler, turizm hizmet pazarlaması, geliştirilmiş pazarlama karması ve yeni turizm pazarlama anlayışı hakkında bilgi sahibi olur
12	Turizm hareketlerinin sınırlandırılması, turizm gelişimini etkileyen unsurlar, turizm arz ve talebi hakkında bilgi sahibi olur
13	Edinilen teorik ve pratik bilgiler İş yeri uygulaması ve İş yeri eğitimi dahilinde sektörel anlamda tatbik edilir ve deneyim kazanılır

Ders Öğrenme Çıktısı - Program Çıktıları (1 -5 Puan Aralığı)

Ders Öğrenme Çıktısı	PÇ 1	PÇ 2	PÇ 3	PÇ 4	PÇ 5	PÇ 6	PÇ 7	PÇ 8	PÇ 9	PÇ 10	PÇ 11	PÇ 12	PÇ 13
Öğrencilere, beslenme konusunda bilgi verme	2	-	2	5	-	2	-	-	-	-	-	-	2
Besin bileşenlerin yapıları ve etki mekanizmalarını hakkında bilgi sahibi olma	2	-	2	5	-	2	-	-	-	-	-	-	2
Besin öğelerinin sindirilmeleri ve günlük önerilen tüketim miktarları konusunda bilgi sahibi olma	3	-	3	5	-	2	-	-	-	-	-	-	3
Kronik hastalıklarda beslenme, obezite ve diyet	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Çeşitli yaş grupları ve özel durumlarda insanların beslenme şekilleri konularında bilgi verme	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-

https://ebs.bilecik.edu.tr/pdf/dersbilgigetir/370761