

Tytuł przedmiotu:	Żywnienie wybranych grup ludności		
Kierunek:	Dietetyka		
Tryb studiów:	stacjonarny		
Stopień studiów:	1		
Rok studiów:	2		
Semestr:	4		
Wykłady:			
Dzień tygodnia:	wtorek		
Godziny:	godz. 8-10		
Sala:	Aula II		
Numer wykładu	Data	Temat wykładu	
1	03.03.2026	Zjawiska demograficzne związane z żywieniem i zdrowiem różnych grup wiekowych	
2	10.03.2026	Żywnienie kobiet ciężarnych – wpływ na rozwój dziecka i zdrowie matki	
3	17.03.2026	Żywnienie w okresie laktacji	
4	24.03.2026	Żywnienie niemowląt i rozszerzanie diety Programowanie żywieniowe (metaboliczne)	
5	31.03.2026	Specyfika żywienia dzieci w wieku 1-3 lat	
6	14.04.2026	Specyfika żywienia dzieci w wieku szkolnym	
7	21.04.2026	Specyfika żywienia młodzieży	
8	28.04.2026	Żywnienie a zdolności poznawcze	
9	05.05.2026	Specyfika żywienia osób dorosłych	
10	12.05.2026	Specyfika żywienia kobiet w wieku rozrodczym	
11	19.05.2026	Specyfika żywienia mężczyzn	
12	26.05.2026	Specyfika żywienia kobiet w okresie okołomenopauzalnym	
13	02.06.2026	Specyfika żywienia osób starszych	
14	09.06.2026	Specyfika żywienia osób z wysokim wydatkiem energetycznym	
15	16.06.2025	Elementy racjonalizacji żywienia w wymienionych grupach ludności	

Ćwiczenia - grupa 1			
Dzień tygodnia:	poniedziałek		
Godziny:	16-18		
Sala:	2121		
Numer ćwiczeń	Data	Temat ćwiczeń	Dodatkowe uwagi do ćwiczeń
1	02.03.2026	Charakterystyka norm żywieniowych dla różnych grup ludności	
2	09.03.2026	Planowanie żywienia kobiet w ciąży	
3	16.03.2026	Żywienie w okresie laktacji (case-study)	
4	23.03.2026	Praktyczne aspekty bilansowania dziennej racji pokarmowej dzieci w wieku przedszkolnym	Kolokwium
5	30.03.2026	Żywienie osób o zwiększonej aktywności fizycznej	
6	13.04.2026	Spożycie i stan odżywienia witaminą B12 u osób narażonych na jej niedobory	
7	20.04.2026	Błędy żywieniowe w diecie osób starszych	Kolokwium
8	27.04.2026	Symulacja spożycia folianów z wykorzystaniem w zwyczajowej diecie produktów wzbogaconych	
9	04.05.2026	Planowanie spożycia na poziomie grupowym zgodnie z normami żywieniowymi	
10	11.05.2026	Układanie jadłospisów dostosowanych do możliwości finansowych placówki żywienia zbiorowego	
11	18.05.2026	Rola fitoestrogenów w żywieniu kobiet w okresie okołomenopauzalnym.	
12	25.05.2026	Rola fitoestrogenów w żywieniu kobiet w okresie okołomenopauzalnym – ciąg dalszy	Kolokwium
13	01.06.2026	Specyfika żywienia mężczyzn w kontekście prawidłowej pracy układu rozrodczego	
14	08.06.2026	Produkty wzbogacone w żywieniu wybranych grup ludności	Prezentacja
15	15.06.2026	Praktyczne aspekty bilansowania dziennej racji pokarmowej dla dzieci w wieku szkolnym	Kolokwium
Ćwiczenia - grupa 2			

Dzień tygodnia:	wtorek		
Godziny:	godz. 12-14		
Sala:	2121		
Numer ćwiczeń	Data	Temat ćwiczeń	Dodatkowe uwagi do ćwiczeń
1	03.03.2026	Charakterystyka norm żywieniowych dla różnych grup ludności	
2	10.03.2026	Planowanie żywienia kobiet w ciąży	
3	17.03.2026	Żywienie w okresie laktacji (case-study)	
4	24.03.2026	Praktyczne aspekty bilansowania dziennej racji pokarmowej dzieci w wieku przedszkolnym	Kolokwium
5	31.03.2026	Żywienie osób o zwiększonej aktywności fizycznej	
6	14.04.2026	Spożycie i stan odżywienia witaminą B12 u osób narażonych na jej niedobory	
7	21.04.2026	Błędy żywieniowe w diecie osób starszych	Kolokwium
8	28.04.2026	Symulacja spożycia folianów z wykorzystaniem w zwyczajowej diecie produktów wzbogaconych	
9	05.05.2026	Planowanie spożycia na poziomie grupowym zgodnie z normami żywieniowymi	
10	12.05.2026	Układanie jadłospisów dostosowanych do możliwości finansowych placówki żywienia zbiorowego	
11	19.05.2026	Rola fitoestrogenów w żywieniu kobiet w okresie okołomenopauzalnym.	
12	26.05.2026	Rola fitoestrogenów w żywieniu kobiet w okresie okołomenopauzalnym – ciąg dalszy	Kolokwium
13	02.06.2026	Specyfika żywienia mężczyzn w kontekście prawidłowej pracy układu rozrodczego	
14	09.06.2026	Produkty wzbogacone w żywieniu wybranych grup ludności	Prezentacja
15	16.06.2026	Praktyczne aspekty bilansowania dziennej racji pokarmowej dla dzieci w wieku szkolnym	Kolokwium
Ćwiczenia - grupa 3			
Dzień tygodnia:	wtorek		

Godziny:	godz. 14-16		
Sala:	2121		
Numer ćwiczeń	Data	Temat ćwiczeń	Dodatkowe uwagi do ćwiczeń
1	03.03.2026	Charakterystyka norm żywieniowych dla różnych grup ludności	
2	10.03.2026	Planowanie żywienia kobiet w ciąży	
3	17.03.2026	Żywienie w okresie laktacji (case-study)	
4	24.03.2026	Praktyczne aspekty bilansowania dziennej racji pokarmowej dzieci w wieku przedszkolnym	Kolokwium
5	31.03.2026	Żywienie osób o zwiększonej aktywności fizycznej	
6	14.04.2026	Spożycie i stan odżywienia witaminą B12 u osób narażonych na jej niedobory	
7	21.04.2026	Błędy żywieniowe w diecie osób starszych	Kolokwium
8	28.04.2026	Symulacja spożycia folianów z wykorzystaniem w zwyczajowej diecie produktów wzbogaconych	
9	05.05.2026	Planowanie spożycia na poziomie grupowym zgodnie z normami żywieniowymi	
10	12.05.2026	Układanie jadłospisów dostosowanych do możliwości finansowych placówki żywienia zbiorowego	
11	19.05.2026	Rola fitoestrogenów w żywieniu kobiet w okresie okołomenopauzalnym.	
12	26.05.2026	Rola fitoestrogenów w żywieniu kobiet w okresie okołomenopauzalnym – ciąg dalszy	Kolokwium
13	02.06.2026	Specyfika żywienia mężczyzn w kontekście prawidłowej pracy układu rozrodczego	
14	09.06.2026	Produkty wzbogacone w żywieniu wybranych grup ludności	Prezentacja
15	16.06.2026	Praktyczne aspekty bilansowania dziennej racji pokarmowej dla dzieci w wieku szkolnym	Kolokwium
Ćwiczenia - grupa 4			
Dzień tygodnia:	środa		
Godziny:	godz. 9-11		

Sala:	2121		
Numer ćwiczeń	Data	Temat ćwiczeń	Dodatkowe uwagi do ćwiczeń
1	04.03.2026	Charakterystyka norm żywieniowych dla różnych grup ludności	
2	11.03.2026	Planowanie żywienia kobiet w ciąży	
3	18.03.2026	Żywienie w okresie laktacji (case-study)	
4	25.03.2026	Praktyczne aspekty bilansowania dziennej racji pokarmowej dzieci w wieku przedszkolnym	Kolokwium
5	01.04.2026	Żywienie osób o zwiększonej aktywności fizycznej	
6	08.04.2026	Praktyczne aspekty bilansowania dziennej racji pokarmowej dla dzieci w wieku szkolnym.	
7	15.04.2026	Spożycie i stan odżywienia witaminą B12 u osób narażonych na jej niedobory	
8	22.04.2026	Błędy żywieniowe w diecie osób starszych	Kolokwium
9	29.04.2026	Symulacja spożycia folianów z wykorzystaniem w zwyczajowej diecie produktów wzbogaconych	
10	06.05.2026	Planowanie spożycia na poziomie grupowym zgodnie z normami żywieniowymi	
11	13.05.2026	Układanie jadłospisów dostosowanych do możliwości finansowych placówki żywienia zbiorowego	
12	20.05.2026	Rola fitoestrogenów w żywieniu kobiet w okresie okołomenopauzalnym.	
13	27.05.2026	Rola fitoestrogenów w żywieniu kobiet w okresie okołomenopauzalnym – ciąg dalszy	Kolokwium
14	03.06.2026	Specyfika żywienia mężczyzn w kontekście prawidłowej pracy układu rozrodczego	Kolokwium
15	10.06.2026	Produkty wzbogacone w żywieniu wybranych grup ludności	Prezentacja