

|                            |                                      |                                                              |
|----------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| <b>Tytuł przedmiotu:</b>   | <b>Nutrition and Health</b>          |                                                              |
| <b>Kierunek:</b>           | Żywnienie Człowieka i Ocena Żywności |                                                              |
| <b>Tryb studiów:</b>       |                                      |                                                              |
| <b>Stopień studiów:</b>    | magisterskie                         |                                                              |
| <b>Rok studiów:</b>        | 1                                    |                                                              |
| <b>Semestr:</b>            | letni                                |                                                              |
|                            |                                      |                                                              |
|                            |                                      |                                                              |
| <b>Ćwiczenia - grupa 1</b> |                                      |                                                              |
| <b>Dzień tygodnia:</b>     | niedziela                            | zj.I-VIx3h                                                   |
| <b>Godziny:</b>            | 16-18                                |                                                              |
| <b>Sala:</b>               | 1070                                 |                                                              |
|                            |                                      |                                                              |
| <b>Numer ćwiczeń</b>       | <b>Data</b>                          | <b>Temat ćwiczeń</b>                                         |
| 1                          | 15.03.2026                           | Prozdrowotne właściwości fermentowanych produktów roślinnych |
| 2                          | 29.03.2026                           | Potencjał antyoksydacyjny                                    |
| 3                          | 19.04.2026                           | Wpływ jakości diety na zdrowie                               |
| 4                          | 10.05.2026                           | Tokoferole i tokotrienole – bioaktywne związki dietetyczne   |
| 5                          | 31.05.2026                           | Żywnienie a funkcje poznawcze                                |
| 6                          | 14.06.2026                           | Alkohol a zdrowie                                            |