

آشنایی با اصول کلی تغذیه و راهنمای مدیریت ایمنی و تهیه غذا در سروس‌های غذایی سازمانی

نویسندگان:

فاطمه محمدحسینی، مریم میرلوحی، امیر قاسمی

دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

پاییز ۱۳۹۳

سرشناسه	: محمدحسینی، فاطمه، ۱۳۶۵ -
عنوان و نام پدیدآور	: آشنایی با اصول کلی تغذیه و راهنمای مدیریت ایمنی و تهیه غذا در سرویسهای غذایی سازمانی/ نویسندگان فاطمه محمدحسینی، مریم میرلوحی، امیر قاسمی.
مشخصات نشر	: اصفهان: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان اصفهان، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری	: ۲۰۷ ص.: مصور، جنول.
شابک	: 978-964-524-545-8
وضعیت فهرست نویسی	: قیفا
موضوع	: تغذیه
موضوع	: مواد غذایی -- بازرسی
موضوع	: مواد غذایی -- پیش‌بینی‌های ایمنی
موضوع	: آشپزی -- وسایل و تجهیزات
شناسه افزوده	: میرلوحی، مریم، ۱۳۵۱ -
شناسه افزوده	: قاسمی، امیر، ۱۳۶۵ - کارشناس تغذیه
شناسه افزوده	: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان اصفهان
رده بندی کنگره	: ۶۱۳/۲ : ۷۸۴R۸ / م ۵۲۷ : ۱۳۹۳
رده بندی دیویی	: ۶۱۳/۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۵۷۰۸۷۱



نام کتاب: آشنایی با اصول کلی تغذیه و راهنمای مدیریت ایمنی و تهیه غذا در سرویسهای غذایی سازمانی
نویسندگان: فاطمه محمدحسینی، دکتر مریم میرلوحی، امیر قاسمی
ناشر: دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۵۲۴-۵۴۵-۸
تعداد صفحات: ۲۰۷
نوبت چاپ: اول
قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان
نیراز: ۱۰۰۰
قطع: وزیری
تاریخ چاپ: پاییز ۱۳۹۳

کلیه حقوق برای دانشگاه علوم پزشکی اصفهان محفوظ است.

آدرس: دانشگاه علوم پزشکی اصفهان - ص.پ. ۸۱۷۴۵-۳۱۹

E-mail: publications@mui.ac.ir

<http://publications.mui.ac.ir>

تلفن: ۰۳۱-۳۷۹۲۳۰۶۶-۷

دورنما: ۰۳۱-۳۶۶۸۵۷۶۳

فهرست

صفحه	عنوان
V	پیشگفتار
۱	فصل اول: آشنایی با اصول کلی تغذیه‌ای
۱	اهداف فصل:
۲	مفاهیم اولیه در بیان ارزش تغذیه‌ایی
۷	تقسیم بندی کلی مواد غذایی
۱۲	برخی نکات پیرامون کربوهیدراتهای رژیم غذایی
۱۳	کربوهیدرات‌های ساده و پیچیده
۱۴	پروتئین‌ها
۱۹	چربی‌ها
۳۹	نکاتی در مورد دریافت مواد معدنی
۵۲	منابع
۵۳	فصل دوم: رژیم غذایی
۵۳	اهداف فصل:
۵۴	انتخاب رژیم غذایی
۶۲	رژیم غذایی در برخی دوره‌های زندگی
۶۷	رژیم غذایی در شرایط بحرانی

۷۴	منابع
۷۵	فصل سوم: اصول کلی نظارت
۷۵	اهداف فصل:
۷۶	آشنایی با اصول کلی نظارت
۹۹	منابع
۱۰۱	فصل چهارم: نکات کاربردی در کنترل سیستم‌های غذایی
۱۰۱	اهداف فصل:
۱۰۲	مراحل و نقاط حساس مورد نیاز برای کنترل
۱۲۴	نکاتی در مورد نگهداری برخی مواد غذایی
۱۴۴	نکات مهم در رابطه با پخت غذا
۱۶۴	برخی نکات مهم در شستشو
۱۶۷	منابع
۱۷۰	پیوست ۱
۱۹۲	پیوست ۲
۱۹۸	پیوست ۳

پیشگفتار

خدمات غذایی سازمانی، یکی از انواع خدمات غذایی دسته جمعی است که هدف آن، تهیه و توزیع مداوم غذا برای گروه مشخصی از افراد تعریف می‌شود.

شاخصه اصلی این خدمات غذایی، حجم زیاد غذا، تنوع محدود در هر سروینگ و برنامه‌ریزی غذایی خاص در کنار توجه به اصول تغذیه‌ای می‌باشد. این خصوصیات در مجموع، باعث شده است که نحوه سرویس دهی با آنچه به عنوان رستوران یا مراکز فروش و تجارت غذا می‌شناسیم، متفاوت باشد و در نتیجه الزامات برقراری ایمنی غذا را نیز متفاوت می‌سازد.

در این کتاب سعی شده است که ضمن اشاره کلی به برخی اصول تغذیه‌ای، روش‌ها و راهکارهای عملی برای کارشناسان صنعت غذا و بهداشت و ایمنی غذایی جمع‌آوری شود تا به لطف خداوند، نظارت هدفمند و علمی بر اصول تهیه و توزیع غذا، باعث ارتقای سلامت جامعه گردد. امید است که این کتاب بتواند سهم کوچکی در بالا بردن توانمندی مسئولین تغذیه داشته باشد.