

美和科技大學



食品營養系

課程規範

課程名稱：營養學

中華民國 114 年 10 月制定

一、課程基本資料：

科目名稱	中文	營養學		
	英文	Nutriology		
適用學制	四技國合專班		必選修	必修
適用部別	日間部		學分數	3
適用系科別	食品營養系		學期/學年	一學期
適用年級/班級	一年級		先修科目或先備能力	無

二、健康科學管理學院目標培育人才

依據 UCAN 系統，本中心以培育「專業職能」為目標。

專業職能	就業途徑	職能
	天然資源、食品與農業-食品生產與加工	PC1 執行食品加工流程。
		PC2 執行加工食品的研發工作。
		PC3 規劃、執行、管理並且提供與食品包裝和維護相關的服務。
		PC4 執行危害分析以及進行管制作業，以控管食品的生產流程並掌握加工的品質。
		PC5 依照既定法規以及相關作業流程，維護加工食品以及從業人員的健康與安全。

註：以上的 5 點為專業職能（Professional Competencies，PC）。

三、課程對應之 UCAN 職能

職能 課程	專業職能 M	專業職能 A
營養學	PC1 執行食品加工流程。 PC4 執行危害分析以及進行管制作業，以控管食品的生產流程並掌握加工的品質。 PC5 依照既定法規以及相關作業流程，維護加工食品以及從業人員的健康與安全。	PC2 執行加工食品的研發工作。 PC3 規劃、執行、管理並且提供與食品包裝和維護相關的服務。

註：M 表示課程內容須教授之「主要」相關職能 A 表示課程內容須教授之「次要」相關職能。

四、食品營養系之核心能力

系核心能力	檢核指標定義說明
-------	----------

I. 溝通協調能力	1. 以清楚、有系統的口語表達意見。 2. 能與他人分享自我思想、觀念並傾聽他人意見。 3. 能通過專業課程簡報技巧與實作。
II. 人文素養能力	1. 能利用工具和肢體語言做人際溝通。 2. 能通過服務學習課程。
III. 發現與解決問題之能力	1. 能獨立思考與判斷問題能力。 2. 能通過實務課程考核。
IV. 落實個人法治責任能力	1. 有思考與解決問題之能力。 2. 能通過民主與法治課程認知公民權利與義務。 3. 能遵守專業倫理與法治規範。
V. 營養健康行銷與資訊應用能力	1. 具備執行多元化生活健康營養企劃之能力，運用營養資訊於不同族群，執行創新營養健康管理模式進而改善健康。 2. 能通過計算機概論、健康產業資訊應用、健康產業行銷與管理等課程。
VI. 健康促進能力	1. 具備基本自我營養管理與保健知識，增進自我健康能力。 2. 能通過健康促進課程，具備基本急救技術。
VII. 健康食品、檢驗分析與營養事業領域之專業知識與管理能力	1. 具備健康食品產業管理知識與技能。 2. 具備食品營養資訊系統應用技能。 3. 取得專業證照。
VIII. 基礎外語能力	1. 具備基本外語會話、閱讀技巧及日常生活字彙，了解文化差異，培養國際觀。 2. 通過醫學營養專業術語之膳食療養及實驗課程。 3. 通過校定英文畢業門檻及系專業英文課程。

五、教學目標

學習完本課程，學生能夠達到以下目標以及與核心能力之對應：

(一) 認知方面

1. 理解各類食材之營養組成、特性與分類。(VI、VII)
2. 認識食材在處理、加熱、保存等過程中的物理、化學變化（糊化、凝固、乳白化、褐變、酵素作用）。(III、VI、VII)
3. 瞭解食材品質判斷標準（新鮮度、感官品質、產地、等級）。(III、VI、VII)

4. 認識臺灣在地食材與季節性農產品之特性與應用價值。(VI、VII)

(二) 技能方面：

1. 能辨識各類食材並評估其新鮮度與品質。(III、VII)
2. 熟練食材前處理（如切割、浸泡、蔬果抗褐變等）及依不同食材特性選擇適當烹調方式（蒸、炒、煮、燉、烤、焗、油炸）。(III、V、VII)
3. 運用食材進行菜單設計、風味搭配。(III、V、VII)
4. 製作以在地農產品為主要食材，做出創意越式料理。(III、V、VII)

(三) 情意方面：

1. 培養珍惜食材、減少浪費與推動永續飲食的價值觀。(V、VI、VII)
2. 促進對在地農業、在地食材與食農教育的認同。(V、VI、VII)
3. 培養對料理、感官體驗、不同國家飲食文化食材認識與正確衛生習慣。(V、VI、VII、VIII)

六、課程描述

(一) 課程說明

本課程旨在介紹各類食材的營養成分、物理化學特性、保存方式與烹調應用，內容結合理論與實作，使學生能建立「六大類食物」概念與特性。透過課堂講授、實際操作、感官評估與創意料理競賽，學生將熟悉食材品質鑑定、前處理技術、烹調原理及健康餐點設計。課程融入臺灣在地農產品、季節性食材與永續飲食理念，讓學生能將所學應用於台式/越式餐食中。

(二) 課程綱要

本課程規劃內容綱要及課程設計養成之職能：

每週3小時/上課地點由教務處排定+D111 膳食教室/上課教師為營養專業教師

週次	課程內容規劃	課程設計養成之職能	時數
1	六大類食物介紹	PC (1、4、5)	3
2	醣類的構造與分類	PC (1、4、5)	3
3	醣類消化吸收與代謝	PC (1、4、5)	3
4	蛋白質的食物來源	PC (1、4、5)	3
5	蛋白質的消化、吸收與代謝(一)	PC (1、4、5)	3
6	蛋白質的消化、吸收與代謝(二)	PC (1、4、5)	3
7	脂質的分類與特性、吸收(一)	PC (1、4、5)	3
8	脂質的食物來源	PC (1、4、5)	3

9	期中考週		3
10	實作 I	PC (1、4、5)	3
11	水溶性維生素	PC (1、4、5)	3
12	脂溶性維生素	PC (1、4、5)	3
13	市售維生素營養品分享	PC (1、4、5)	3
14	實作 II	PC (1、4、5)	3
15	微量營養素	PC (1、4、5)	3
16	巨量營養素與水分	PC (1、4、5)	3
17	實作 III	PC (1、4、5)	3
18	期末考週		3

(三) 教學活動

講述、問答、體驗與實作、討論、經驗分享、課程相關影音教學

七、成績評量方式

1. 期中考 30% (筆試)
2. 期末考 30% (筆試)
3. 平時成績 40%：出席 (含平時表現課程回應) 30%、筆記 10%

八、教學輔導

(一) 課業輔導/補救教學對象：

1. 學習進度落後：於課堂中無法及時掌握進度之學生。
2. 出席率監控：於課堂中到課欠佳之學生。

(二) 課業輔導/補救教學之實施

1. 個別化指導：透過面談或線上諮詢，協助學生釐清學習盲點。
2. 分小組合作學習：透過同儕討論演練，增進對課程內容的理解。
3. 彈性時間安排：提供 office hours，彈性安排輔導時間。
4. 進度檢核：透過作業回饋、隨堂討論或階段性評量，持續追蹤學生的學習成效。

(三) 課業輔導/補救教學時間與聯絡方式

1. 輔導時間：除了 Office hours 外，彈性安排輔導時間。
2. 輔導老師聯繫方式：

(1) 校內分機：於任課時提供。

- (2) 授課教師 email：於任課時提供。
- (3) 教師研究室：於任課時提供。