

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
повышения квалификации
«Методология разработки системы питания»**

Объем и срок освоения: 72 ч. / 9 раб. дней

Форма обучения: заочная, с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

Модуль	Описание	Темы	Часы
Методология разработки системы питания Эксперт: Незванова Светлана	Модуль системно знакомит с применением гликемического и инсулинового индексов при подборе продуктов и формировании «корзины»; рассматриваются способы приготовления с учётом переносимости; даются рабочие формулы расчёта КБЖУ; показываются алгоритмы конструирования индивидуального меню; систематизируются режимы питания, включая варианты интервального голодания (фастинг).	• Инсулиновый и гликемический индекс продуктов. Создание корзины продуктов. • Способы приготовления пищи, в зависимости от переносимости. • Формулы КБЖУ. • Способы конструирования меню для клиента. • Виды режимов питания. Фастинг.	70 часов
Итоговая аттестация		• Итоговая аттестация • Итоговый сертификат	2 часа