

Näringslära PDF E-BOK

Katarina Bjärvall



Författare: Katarina Bjärvall

ISBN-10: 9789147092482

Språk: Svenska

Filstorlek: 1010 KB

BESKRIVNING

Näringslära ger både grundläggande och fördjupande kunskaper och fungerar därför både för dem som är nybörjare och för dem som redan känner till en del om ämnesområdet. Läs mer Utmärkande drag- Behandlar sambandet mellan kost och hälsa- Varje avsnitt om respektive näringsämne avslutas med en sammanfattning- Innehåller livsmedelstabeller och näringsrekommendationer Näringslära är ett område som är viktigt inom så vitt skilda yrken som för kockar, dietister och idrottare. Men eftersom näringslära är nyckeln till bra kosthållning och därmed en god hälsa är det också viktigt för den enskilde individen. Boken tar upp sambandet mellan kost och hälsa ur globalt, regionalt och individuellt perspektiv. Globalt behandlas olika orsaker till svält och undernäring. Regionalt fokuseras texten på friskvård och västvärldens hälsoproblem. Individuellt förtydligas vad som styr våra matvanor och kopplingen mellan mat, näring och energi samt vilken kost som är lämplig vid olika skeenden i livet. Dietik Ett separat kapitel tar upp dietik och beskriver specialkost och kost vid särskilda behov. Varje avsnitt om respektive näringsämne avslutas med basfakta, avsedda för repetition. Faktarutor, texten under rubriken "Bra att veta" och marginaltexter kan läsas som fördjupning. Boken avslutas med livsmedelstabeller och näringsrekommendationer. Livsmedelstabellerna är ordnade efter matcirkelgrupperna. Om författarna Ingrid Christenson och Ing-Marie Sundling är hushållslärare och har tidigare skrivit och medverkat i en rad läroböcker inom näringslära och livsmedelskunskap.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Distanskurser inom kost och näringslära - Kurser för din fritid

Här finns distanskurser för dig som vill lära dig om kost och näringslära för att leva ett sundare liv eller bli certifierad kostrådgivare.

Näringslära för högskolan - från grundläggande till avancerad nutrition ...

Näringslära Näringslära ger både grundläggande och fördjupande kunskaper och fungerar därför både för dem som är nybörjare och för dem som redan känner ...

Näringslära om hundfoder. - Klassfoder

Pris: 718 kr. Häftad, 2013. Finns i lager. Köp Näringslära för högskolan - från grundläggande till avancerad nutrition av Lillemor Abrahamsson, Agneta ...

LÄS MER