

:

Chce wiedzieć wi3cej o 3ywno3ci

Podczas szkolenia uczestnicy poszerz4 wiedz4 na temat poszczeg3lnych grup 3rodk3w spo3ywczych, zwr3c4 uwagi na sk3ad 3ywno3ci ze wskazaniem sk3adnik3w i dodatk3w do 3ywno3ci, kt3re mog4 by3 niebezpieczne dla zdrowia oraz zapoznaj4 si3 z obecnym stanem prawnym odno3nie informowania konsumenta.

Terminy i miejsce:

Program

1. Jakie obowi4zki na producent3w 3ywno3ci wprowadza rozporz4dzenie o informowaniu konsument3w.
2. Co mo3na wyczyta3 z etykiety?
3. Informacja o produkcie nieopakowanym.
4. O3wiadczenia 3ywno3ciowe, - o czym nam m3wi4.
5. S3l i cukier, gdzie si3 ukrywaj4 i co powoduje ich nadmiar.
6. Chleb, chlebowi nie r3wny - jak wybra3 ten zdrowszy.
7. Zbo3owe produkty 3niadaniowe, na co zwr3ci3 uwag4.
8. Mleko 0%,2%,3,2% t3uszczu, UHT, pasteryzowane, mikrofiltrowane, - kt3re najlepsze?
9. Twarogi i sery 33lte, - jaki sk3ad jest najlepszy dla naszego zdrowia.
10. W3dliny, - co tam mo3e si3 znale33.
11. Nap3j, nektar, sok, - co nazwa m3wi o produkcie.
12. Napoje izotoniczne i energetyzuj4ce.
13. Ryby i produkty rybne, - kt3re wybiera3?
14. Koncentraty spo3ywcze - sk3adniki koncentrat3w w4tpliwe pod wzg3l3dem zdrowotnym
15. Dodatki do 3ywno3ci, kt3rych najlepiej unika3
16. Akryloamid, - co powoduje, kiedy powstaje, 3ywno3ci o najwi3kszej zawarto3ci akryloamidu.
17. Izomery trans nienasyconych kwas3w t3uszczowych jak je zidentyfikowa3 w 3ywno3ci.
18. Jak wybra3 zdrowy t3uszcz.

Prelegenci

Aneta Rad3owska-Dzia3o

mgr in3. technologii 3ywno3ci i 3ywnienia cz3owieka, nauczyciel, szkoleniowiec, konsultant i wdro3eniowiec system3w jako3ci w przemy3le spo3ywczym.

Dzia3alno33 szkoleniow4 dedykowan4 plac3wkom o3wiatowym i wychowawczym w dziedzinie 3ywnienia prowadzi od 2009 roku. Zrealizowa3a ponad 1200 godzin szkoleniowych m.in. w tematach: Higiena 3ywnienia, Systemy jako3ci GMP/GHP/HACCP w plac3wkach o3wiatowych, Zasady uk3adania jad3ospis3w, Zdrowa dieta w szkole i przedszkolu, Zadania Intendenta w plac3wkach o3wiatowych. Prowadzi serwis internetowy u3atwiaj4cy generowanie dokument3w GMP/HACCP

Kontakt w sprawie szkolenia: