

Táplálkozástudományi MSc
felvételi kérdések

1. Emberi test építőanyagai 1.1. Fehérjék előfordulása, szerepe a szervezetben
1. Emberi test építőanyagai 1.2. Zsírok előfordulása, szerepe a szervezetben
1. Emberi test építőanyagai 1.3. Szénhidrátok előfordulása, szerepe a szervezetben
1. Emberi test építőanyagai 1.4. Milyen tendencia figyelhető meg a testösszetétel változásában fiatal felnőttkortól idős korig?
2. Tápláltsági állapot 2.1. Tápláltsági állapot meghatározását segítő antropometriai módszerek
2. Tápláltsági állapot 2.2. Hogyan számítható ki a testtömeg index (TTI, BMI). Milyen hibalehetőségeket rejt magában, ha kizárólag ez alapján állapítjuk meg az esetleges túlsúlyt?
3. A szervezet energiaforgalma 3.1. Az energiaszükségletet meghatározó tényezők
4. A táplálék, mint a tápanyagok forrása 4.1. Gabona- és malomipari termékek jellemző tápanyagai
4. A táplálék, mint a tápanyagok forrása 4.2. Húsok, húskészítmények jellemző tápanyagai
4. A táplálék, mint a tápanyagok forrása 4.3. Tej, tejtermékek jellemző tápanyagai
4. A táplálék, mint a tápanyagok forrása 4.4. Zöldségek, gyümölcsök jellemző tápanyagai
4. A táplálék, mint a tápanyagok forrása 4.5. Állati és növényi zsiradékok jellemző tápanyagai
4. A táplálék, mint a tápanyagok forrása 4.6. Fehérjeforrások az étrendben
4. A táplálék, mint a tápanyagok forrása 4.7. Szénhidrát források az étrendben
4. A táplálék, mint a tápanyagok forrása 4.8. Élelmi rostforrások az étrendben
4. A táplálék, mint a tápanyagok forrása 4.9. Telített zsírsavak előfordulása az étrendben
4. A táplálék, mint a tápanyagok forrása 4.10. Telítetlen zsírsavak az étrendben
4. A táplálék, mint a tápanyagok forrása 4.11. Kalcium források az étrendben
4. A táplálék, mint a tápanyagok forrása 4.12. Kálium és magnézium források az étrendben
5. Makrotápanyagok 5.1. Fehérjék jellemzése, tulajdonságai, biológiai értéke

Táplálkozástudományi MSc
felvételi kérdések

5. Makrotápanyagok

5.2. Szénhidrátok fajtái, tulajdonságai

5. Makrotápanyagok

5.3. Lipidek fajtái, tulajdonságai

5. Makrotápanyagok

5.4. A trigliceridek kémiai felépítése, táplálkozás-élettani szerepe

6. Mikrotápanyagok

6.1. A zsírban oldódó vitaminok fajtái, szerepük az emberi szervezetben, fő forrásaik.

6. Mikrotápanyagok

6.2. Vízben oldódó vitaminok, szerepük az emberi szervezetben, fő forrásaik.

6. Mikrotápanyagok

6.3. A vas szerepe a szervezetben, forrásai, hasznosulását befolyásoló tényezők.

6. Mikrotápanyagok

6.4. A kalcium szerepe a szervezetben, forrásai, hasznosulását befolyásoló tényezők.

6. Mikrotápanyagok

6.5. A jód szerepe a szervezetben, forrásai, hasznosulását befolyásoló tényezők.

7. A kiegyensúlyozott táplálkozás alapelvei az OKOSTÁNYÉR alapján

7.1. Gabonák és gabonákból készült termékek helye a kiegyensúlyozott étrendben

7. A kiegyensúlyozott táplálkozás alapelvei az OKOSTÁNYÉR alapján

7.2. Zöldségek, gyümölcsök helye a kiegyensúlyozott étrendben

7. A kiegyensúlyozott táplálkozás alapelvei az OKOSTÁNYÉR alapján

7.3. Hüvelyesek, olajos magvak helye a kiegyensúlyozott étrendben

7. A kiegyensúlyozott táplálkozás alapelvei az OKOSTÁNYÉR alapján

7.4. Húsok és hús alternatívák helye a kiegyensúlyozott étrendben

7. A kiegyensúlyozott táplálkozás alapelvei az OKOSTÁNYÉR alapján

7.5. Tej-tejtermékek helye a kiegyensúlyozott étrendben

7. A kiegyensúlyozott táplálkozás alapelvei az OKOSTÁNYÉR alapján

7.6. Zsiradékok helye a kiegyensúlyozott étrendbe

7. A kiegyensúlyozott táplálkozás alapelvei az OKOSTÁNYÉR alapján

7.7. Élelmi rostforrások, helyük a kiegyensúlyozott étrendben

7. A kiegyensúlyozott táplálkozás alapelvei az OKOSTÁNYÉR alapján

7.8. Táplálkozási ajánlások fő elemei a magyar lakosság részére

7. A kiegyensúlyozott táplálkozás alapelvei

7.9. Ismertesse az Okostányér ajánlásait!