

Wykaz literatury
Konkursu wiedzy o zdrowym stylu życia „Trzymaj Formę!”
dla uczniów gimnazjów
rok szkolny 2016/2017

Przygotowując się do Konkursu, wskazane jest korzystanie w pierwszej kolejności z:

- podręczników szkolnych,
- encyklopedii oraz leksykonów ogólnych i tematycznych,

Uczestnicy Konkursu powinni wykorzystywać w szerokim zakresie wszelką dostępną dla nich literaturę, zawierającą obiektywną, potwierdzoną naukowo i wiarygodną wiedzę obejmującą tematykę Konkursu.

Wymienione poniżej tytuły stanowią listę książek przydatnych do pogłębienia wiedzy:

1. Materiały edukacyjne Ogólnopolskiego Programu Edukacyjnego „Trzymaj Formę!” dostępne na stronie www.trzymajforme.pl
2. Czerwińska D., Kołtajtis-Dołowy A., Kozłowska K., Pietruszka B.: **Podstawy żywienia człowieka**. Format AB, Warszawa 2004.
3. Gawędzki J. (red.): **Żywienie człowieka T. 1. Podstawy nauki o żywieniu**. Wydawnictwo Naukowe PWN, 2012 (copyright 2010)
4. Grzymisławski M., Gawęcki J. (red.): **Żywienie człowieka zdrowego i chorego T. 2.** . Wydawnictwo Naukowe PWN, 2011 (copyright 2010)
5. Gawęcki, J., Mossor-Pietraszewska T. (red.): **Kompendium wiedzy o żywności, żywieniu i zdrowiu**. Wydawnictwo Naukowe PWN, 2014 (copyright 2006)
6. Kunachowicz A., Czarnowska-Misztal E., Turlejska H.: **Zasady żywienia człowieka**. WSiP, Warszawa 2010
7. Kunachowicz H., Nadolna I., Przygoda B. **Liczmy Kalorie**. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2011
8. Kunachowicz H., Nadolna I., Iwanow K., Przygoda B. **Wartość odżywcza wybranych produktów spożywczych i typowych potraw**. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2012

9. Jarosz M. (red): **Normy żywienia dla populacji polskiej – nowelizacja:**
<http://www.izz.waw.pl/attachments/article/33/NormyZywieniaNowelizacjaIZZ2012.pdf>
10. **Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności;**
11. **Ustawa z dnia 25 sierpnia 2006 r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia**
(Dz.U. 2010 nr 136 poz. 914 z późn. zm.) – Rozdział 11 „Znakowanie żywności”.
12. **Rozporządzenie Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi z dnia 23 grudnia 2014 r. w sprawie znakowania poszczególnych rodzajów środków spożywczych**
(Dz.U. 2015 poz. 29).