MEDICINSKA ŠKOLA U RIJECI
TEME ZA ZAVRŠNI RAD
ŠKOLSKA GODINA 2026./2027.
OBRAZOVNI PROGRAM: Tehničar/ka nutricionist

OBRAZOVNO PODRUČJE: PRAVILNA PREHRANA

1. Pravilna prehrana tijekom i nakon trudnoće
2. Od tanjura do refluksa - cijena suvremenog načina prehrane
3. Stres i hrana: začarani krug
4. Iza slike savršenstva – anoreksija i bulimija
5. Nevidljiva borba - poremećaji u prehrani
6. Sport, suplementi i zdravlje
7. Energetska pića i kofein: utjecaj na zdravlje i prehrambene navike
8. Važnost pravilne prehrane u djetinjstvu
9. Nutricionistička strategija triatlonaca
10. Prehrana osoba starije životne dobi

OBRAZOVNO PODRUČJE: KONTROLA KAKVOĆE NAMIRNICA

11. Od grožđa do vina – put fermentacije
12. Zdravstveni izazov - intolerancija na gluten
13. Maslinovo ulje: tekuće zlato za zdravlje
14. Hrana koja liječi, hrana koja boli - razumijevanje alergija na hranu

OBRAZOVNO PODRUČJE: OSNOVE TEHNOLOGIJE NAMIRNICA II

15. Pivo – tekući kruh
16. Tajna grožđa: nutricionizam i kultura vina
17. Mediteranske namirnice: kvaliteta i zdravlje

MEDICINSKA ŠKOLA U RIJECI

TEME ZA ZAVRŠNI RAD (IV.3)

ŠKOLSKA GODINA 2026./2027.

OBRAZOVNI PROGRAM: Tehničar/ka nutricionist

OBRAZOVNO PODRUČJE: PROCESI PRIPREME HRANE

1. Prehrambeni aditivi u suvremenoj proizvodnji hrane – uloga, primjena i sigurnost
2. Začinsko bilje i začini u kulinarstvu – kemijski sastav, aromatska svojstva i primjena
3. Ulja i masti – svojstva, primjena i promjene tijekom toplinske obrade
4. Alternativne vrste brašna u suvremenom pekarstvu i kulinarstvu
5. Suvremeni postupci pripreme hrane i očuvanje nutritivne vrijednosti namirnica
6. Sous-vide postupak pripreme hrane – postupak, prednosti i nedostaci
7. Trendovi u pripremi zdravih slastica sa smanjenim udjelom šećera
8. Planiranje jelovnika prilagođenih energetskim i nutritivnim potrebama sportaša srednjoškolske dobi
9. Planiranje sezonskih jelovnika primjenom lokalnih namirnica
10. Održiva priprema hrane – smanjenje otpada i iskorištavanje ostataka namirnica

OBRAZOVNO PODRUČJE: MIKROBIOLOGIJA NAMIRNICA

11. Mikroorganizmi kao hrana
12. Trovanja hranom – najčešći uzročnici, inkubacija, simptomi, izvori trovanja i prevencija
13. Mikrobiološko kvarenje namirnica – uzročnici, promjene i posljedice
14. Metode zaštite namirnica od kvarenja
15. Probiotici u namirnicama i njihova važnost za zdravlje
16. Klice i mikropovrće – nutritivna vrijednost i mikrobiološki rizici
17. Mikroorganizmi u žitaricama i njihovim proizvodima