**375 غذت تخطيط الوجبات الغذائية**

**أهداف المقرر:**

- يمكن  الطالبة من التعرف على مكونات الوجبة الغذائية المتوازنة

- المقدره على تخطيط وجبات غذائية متوازنة

- تتعرف على البدائل الغذائية للمجموعات الغذائية

-  معرفة كيفية حساب الطاقة اللازمة لاحتياج الفرد

**المتطلب السابق:**206 غذت

**المراجع:** تخطيط الوجبات الغذائية-عصام عويضه