
**BIOTEHNIŠKI IZOBRAŽEVALNI CENTER
LJUBLJANA**

VIŠJA STROKOVNA ŠOLA



**POVZETKI DIPLOMSKIH DEL
V LETU 2016**

Ljubljana, december 2016

Špela AHLIN

ŠEGE IN NAVADE V NAČINU ŽIVLJENJA MADŽAROV

MENTORICA: doc. dr. LEA KUŽNIK

Program: GOTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: Madžarska, šege, navade, prazniki, način življenja.

IZVLEČEK

Diplomsko delo se nanaša na šege in navade najpomembnejših koledarskih praznikov na Madžarskem. Obravnavani so predvsem tisti prazniki in praznovanja, ki so v načinu življenja Madžarov najbolj ohranjeni. Na začetku so predstavljeni osnovni pojmi, ki so povezani s šegami in navadami, ter način življenja ljudi na Madžarskem. V osrednjem delu diplomskega dela so izpostavljene koledarske šege in navade na Madžarskem ter nekatere šege življenjskega cikla. Pri tem sem ugotavljala, kako so se šege in navade skozi čas spreminjale. S pomočjo intervjuja z domačinom sem preverjala pristnost informacij, pridobljenih z interneta in iz knjig in pridobila informacije iz prve roke. Madžari skušajo v največji meri ohraniti tradicije ob praznovanjih, vseeno pa te s časom počasi bledijo.

Zagovor: 27. 10. 2016

Miha AMBROŽ

ANALIZA IN POMEN VKLJUČEVANJA ŠPORTA V TURISTIČNO PONUDBO SLOVENIJE

MENTORICA: mag. VESNA LOBOREC

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: Turizem, Slovenija, Športni turizem, Eko-turizem.

IZVLEČEK

Turizem postaja gospodarska dejavnost, v katero se vključuje zelo širok krog dejavnosti, s čimer se povečujejo gospodarske koristi in možnosti za zaposlovanje. Turizem je izredno dinamična dejavnost sodobnega gospodarstva in družbe, ki dosega visoko stopnjo rasti. Slovenija se mora, da bi bila njena turistična ponudba konkurenčna v evropskem in svetovnem prostoru, prilagajati in slediti evropskim in svetovnim turističnim trendom, kjer je ključnega pomena vključevanje športa v turistično ponudbo. Ko pomislimo na športni turizem v Sloveniji, se najprej spomnimo na gorske turistične destinacije, kjer se ponuja velika možnost povezovanja športa in turizma. Po metodologiji Svetovne turistične organizacije je eden izmed potovalnih in čedalje bolj pomembnih motivov tudi šport. Ljudje se vse bolj zavedamo pomena športa in zato posledično dajemo prednost turističnim destinacijam, ki imajo v ponudbo vključen šport. Kar se tiče konkurenčnosti z drugimi evropskimi državami, je v večini primerov zelo slaba. Tam, kjer so konkurenčne cene, je ponudba vprašljiva in obratno. V Sloveniji zadnje čase velik razcvet doživlja tudi »go green« ali zeleni turizem, ki je v Sloveniji še najbolj neizkoriščen, in bo morda v nekaj letih postal glavni nosilec turizma v Sloveniji.

Zagovor: 20. 4. 2016

Matija ARZENŠEK

POSTOPEK NAČRTOVANJA IZVEDBE POSLOVNEGA DOGODKA ZA PODJETJE

MENTORICA: mag. JERNEJA KAMNIKAR

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: poslovni dogodek, načrtovanje poslovnega dogodka, kontrola izvedbe, napake pri organizaciji in izvedbi poslovnih dogodkov

IZVLEČEK

Organizacija dogodkov nas spremlja skoraj skozi vse življenje. Tako, kot je vsak posameznik pogosto vpleten v organizacijo svojih osebnih dogodkov, so vsa aktivna podjetja tako ali drugače vpletena v organizacijo različnih, v tem primeru poslovnih dogodkov. Seveda obstajajo velike razlike med organizacijo osebnih dogodkov in organizacijo poslovnih konferenc za 1000 ali več udeležencev, kljub temu pa so osnovne zakonitosti in sosledje dogodkov v obeh primerih dokaj podobni. Prav o teh osnovnih zakonitostih pri organizaciji poslovnih dogodkov je govora v tem diplomskem delu. Teoretično so opisani postopki in pravila, ki jih moramo upoštevati pred in med dogodkom in po njem, navedene so najpogostejše napake pri organizaciji poslovnih dogodkov, obenem pa sem na osnovi analize rezultatov ankete ugotovil, kako se slovenska podjetja odzivajo na potrebo po vedno večji prisotnosti v javnosti.

Zagovor:27.10.2016

Barbara BATAGELJ

INOVATIVNI NAČINI UVAJANJA ZDRAVEGA ŽIVLJENSKEGA SLOGA PRI OTROCIH

MENTORICA: MILENA SUWA STANOJEVIĆ, uni. dipl. ing. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: otroci, dieta, energijska vrednost, telesna masa

IZVLEČEK

Prekomerno hranjenega otroka nikakor ne moremo obtoževati, da si je sam kriv za svojo prekomerno telesno maso. Na prvem mestu so ključni dejavnik starši in družina. Njihov zgled in način prehranjevanja močno vplivata na razvoj in odraščanje otroka. Če otrok svojih staršev nikoli ne vidi zajtrkovati, je od njega težko pričakovati, da bo tak otrok jedel zajtrk. Podobno je tudi z uživanjem ostalih obrokov. Če eden od staršev ne mara določene hrane in jo v pričo otrok zavrača, te hrane ne mara tudi otrok. V času adolescence najstniki zgled pogosto povzamejo po vrstnikih, v tem obdobju pa imajo nanje močan vpliv tudi mediji. Mladi, ki vse več časa preživljajo pred zabavno elektroniko, povezani z medmrežjem, tako postanejo lahka tarča reklam agresivne prehranske industrije. Takšno pretežno sedeče preživljanje prostega časa je za mnoge mlade postal del njihovega vsakdanjega življenja. Zaradi premalo gibanja in prevelikega, pogosto nezavednega, uživanja hrane z visoko energijsko vrednostjo njihova telesna masa narašča. Otroci, ki se soočajo z težavami, kakršna je debelost, so pogosto zelo ranljivi in si sami ne znajo in ne morejo pomagati. Za tako občutljivega otroka hrana pogosto postane vir tolažbe. Lahko je sredstvo komuniciranja, z njo se izražajo čustva, naklonjenost, s hrano se lahko otrok nagraduje ali kaznuje. Prekomerna hranjenost tako ne prinese le telesnih težav ampak tudi čustvene zaplete. Predvsem mladostnice lahko v želji, da bi dosegle ideal vitkosti, kaj hitro zapadejo v začaran krog nepravilnih diet. S pomanjkljivim znanjem in reševanjem težav na lastno pest pa pogosto stanje le še poslabšajo.

Zagovor: 20. 4. 2016

Ines BENO

UPORABA KOPRIVE V PREHRANI

MENTORICA: MILENA SUWA STANOJEVIĆ, univ. dipl. inž. živ. tehn.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: kopriva, divja hrana, zdravilni učinki, prehranska vrednost.

IZVLEČEK

Kopriva ima že dolgo pomembno mesto v ljudskem zdravilstvu in dandanes je uveljavljena tudi v sodobni fitoterapiji. Za nabiranje je primerna celotna zel – vse od listov in plodov do korenin. V tem diplomskem delu želim, poleg zdravilnih učinkov koprive, predstaviti tudi njeno bogato prehransko vrednost. Mladi poganjki koprive so med prvim pomladnim zelenjem, primernim za nabiranje in so znani po ugodnem čistilnem učinku na človeški organizem. Ker je kopriva precej dostopna in hkrati zdrava divja zelenjava z ugodnimi učinki na ohranjanje zdravja in dobrega počutja, sem z raziskavo želela ugotoviti, kakšno mesto ima ta rastlina v sodobni prehrani ljudi, ter zakaj in na kakšen način jo uporabljajo. Vzorec merjencev predstavlja 158 naključnih oseb, starejših od 18 let. Raziskava je bila izvedena s pomočjo spletnega anketnega vprašalnika. Podatki so obdelani s programom Excel in spletnim orodjem 1Ka. V anketi so sodelujoči po nekaj osnovnih osebnih vprašanj, odgovarjali o pogostosti in načinih uporabe koprive v prehrani. Rezultati ankete so pokazali, da je pretežni del anketiranih koprivo že užival. Notranja uporaba te rastline je razširjena predvsem v zdravilni namen – zlasti za čiščenje organizma in izboljšanje krvne slike. Z zdravilnimi učinki koprive je bolj seznanjena zrelejša populacija (nad 45 let), ki po njej tudi pogosteje poseže. Raziskavo dopolnjuje pregled tržišča, s katerim je bilo ugotovljeno, da – z izjemo pripravkov v zdravilni namen (čaji, tinkture, prehranska dopolnila) – živil, ki bi vsebovala koprivo, še ni na tržišču. A rezultati ankete kažejo, da bi sodelujoči posegli po živilih s koprivo, če bi ta bila na voljo.

Zagovor: 21. 4. 2016

Jakob BERGANT

MOŽNOSTI RAZVOJA EKOLOŠKE VASI ZA DUŠO V SLOVENIJI

MENTORICA: dr. LEA KUŽNIK

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: ekovas, zaščita krav, vedska kultura, kmetijska skupnost, Skupnost za zavest Krišne, ISKCON

IZVLEČEK

Diplomsko delo predstavlja možnosti razvoja ekološke vasi *Za dušo* v Sloveniji. Navdih za temo sem dobil ob koncu praktičnega izobraževanja v drugem letniku. Prakso sem namreč opravljal pri društvu *Potovanja za dušo*. Društvo oziroma turistična agencija organizira in ponuja turistične programe, izobraževanja, strokovne ekskurzije in predavanja o duhovnosti. Del njihove turistične ponudbe so tudi izleti na kmetijske skupnosti *Mednarodne skupnosti za zavest Krišne* (ISKCON-a). Diplomsko delo predstavlja nadaljevanje idejne zasnove ekovasi, ki si jo je društvo zamislilo. Njihovo videnje je, da bi v Sloveniji ustvarili kmetijsko skupnost, ki bi delovala po vzoru drugih ISKCON-ovih kmetijskih skupnosti. V diplomskem delu sem poskušal storiti korak naprej in raziskati možnosti razvoja ekovasi *Za dušo*, kot so jo poimenovali. Za to temo sem se odločil zato, ker sem si želel prispevati k razširitvi turistične in izobraževalne ponudbe Društva za dušo ter pomagati pri poslanstvu širjenja vedskega znanja. Predstavil sem različne kmetijske skupnosti Mednarodne skupnosti za zavest Krišne in s tem dobil učinkovite in dobre primere. Intervjuval sem nekdanjega člana skupnosti, ki je trenutno dejaven pri vzpostavljanju ekološkega naselja v slovenski Istri, pa tudi predsednika kmetijske skupnosti Novi Govardhan, ko je bil na obisku v Sloveniji. Poleg tega sem pripravil anketo med člani in podporniki slovenske Skupnosti za zavest Krišne, s katero sem skušal ugotoviti, kakšne bi lahko bile smernice pri izoblikovanju slovenske ekološke vasi. Izbral sem si kmetijo, ki je primerna za razširitev v ekovas in napisal svoje videnje razvoja prve vedske kmetijske skupnosti v Sloveniji.

Zagovor: 20. 4. 2016

Ana BOŽIČ

TRADICIONALNA GORENJSKA HRANA

MENTORICA: MILENA SUWA STANOJEVIĆ, univ. dipl. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: turistična kmetija, tradicionalna gorenjska hrana, jed (hrana).

IZVLEČEK

Gorenjska je alpska pokrajina, kjer človeka ne očara zgolj lepota, temveč tudi kulinarični okusi, ki so izraz sodelovanja človeka in narave. V razgibani gorski pokrajini s planinami, kjer se poleti paseta govedo in drobnica, še danes pridelujejo okusne mlečne izdelke po receptih prednikov. Tudi znanje zeliščarstva še ni pozabljeno, saj na gorskih senožetih in planjavah gospodinje še vedno nabirajo zelišča za pripravo okusnega zeliščnega čaja, ki odpravi marsikatero tegobo. V bolj ravninskem delu Gorenjske so posejana različna žita, koruza (pomembno mesto zavzema bohinjska »trdinka«), krompir, zelenjava, iz katerih se pripravijo okusne in bogate jedi, ki prepričajo tako zahtevne goste kot tiste, ki želijo le okusiti tradicijo gorenjske kulinarike. V alpskih potokih, rekah in jezerih še vedno plavajo ribe (značilna bohinjska zlatovčica), ki so jih pripravljali že naši dedki in babice, da so si nabrali moči za delo na travnikih, v gozdu in na polju. Tudi gozdovi ponujajo veliko raznolike hrane, od divjačinskega mesa do gozdnih jagod, borovnic in malin za pripravo sirupov ter okusnih naravnih sokov. Na kmetiji so si v bližini domov že od nekdaj urejali sadovnjake, saj so iz sadja pripravljali žganja in sokove. Kmečke kuhinje oziroma izbe so danes že pozabljene in prava redkost, vendar turistične kmetije, kmetije odprtih vrat in izletniške kmetije še vedno skrbijo za ohranjanje gorenjske kulinarike. Marsikdo si danes zaželi prave tradicionalne hrane, kot so ajdovi žganci, štruklji, kislo zelje in repa, krapi, obara, ajmoht, kislo mleko, ajdova kaša in ostale jedi, vendar ne ve, kje v vsej poplavi moderne hrane in picerij najti regionalno ter lokalno hrano.

Zagovor: 14.12.2016

Grega BRENKO

KEMIJSKE RAZLIKE MED TEMNIM IN SVETLIM MEDOM

MENTORICA: MARIJA KOSTANDINOV, univ. dipl. ing. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: med, zdravje medu, monosaharidi, svetle vrste medu, temne vrste medu.

IZVLEČEK

Med in drugi čebelji proizvodi so vedno bolj cenjeni, saj sta njihova hranilna in zdravilna vrednost neprecenljivi. To so zelo dobro vedele že prve visoko razvite civilizacije, v katerih za sladilo niso poznali sladkorja, vosek so uporabljali za sveče in zdravilo, med pa je bil zelo pomemben predvsem v zdravilstvu, saj se je v mešanici z mlekom, vinom, kisom in olivnim oljem tedaj z njim zdravilo praktično vse tegobe in bolezni. Priljubljene so bile tudi kopeli v medu in mleku. Znano je na primer, da se je Kleopatra, ki je po svoji lepoti slovela daleč naokoli, vsak dan okopala v mleku in medu. V današnjem času je med pomemben in priljubljen ne le zaradi prijetnega in specifičnega okusa, temveč tudi zaradi svoje hranilne vrednosti. Ima tudi kar 24 odstotkov manj kalorij kot beli sladkor. Med vsebuje 76 odstotkov monosaharidov (fruktozo in glukozo), ki so najenostavnejši sladkorji in so glavni vir energije v telesu. Vsebuje še nekaj disaharidov (saharoza, laktoza in maltoza) in trisaharidov (melecitoza). Razmerje sladkorjev je odvisno od sorte medu in encima invertaze (saharoza). Ker med večinoma vsebuje enostavne sladkorje, je lahko prebavljiv ter zato dober in hiter vir energije. Med pa ni koristen in zdravilen le v prehrani, temveč se vedno pogosteje uporablja tudi pri zdravljenju ran in opeklin, saj vsebuje zelo malo vode in se v njem mikroorganizmi ne morejo razmnoževati. Prav tako je zelo pomemben v kozmetiki, v kombinaciji z voskom je sestavni del različnih krem in drugih pripravkov. Kot sem že omenil, je razmerje sladkorjev odvisno od rastlin, na katerih so čebele nabirale nektar oziroma mano. Na podlagi vrste medu bom izvajal analize ter rezultate primerjal med seboj. S kemičnimi analizami električne prevodnosti ter odstotkom vode v vzorcih bom primerjal svetle (cvetlični, lipov, akacijev) in temne vrste medu (kostanjev, smrekov, gozdni). Dokazal bom, da so temne vrste medu bogatejše z minerali in vitamini ter imajo večinoma manjši odstotek vode.

Zagovor: 30.6.2016

Klavdija BUČAR

MIKROBIOLOŠKA IN SENZORIČNA STABILNOST SLADOLEDA

MENTORICA: KATARINA SMOLE, univ. dipl. inž. živ. teh.

SOMENTORICA: MATEJA HRIBERŠEK BINTER, org. živ.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: temperatura, mikrobiološka stabilnost, senzorična ocena, higienski predpisi

IZVLEČEK

Sladoled je ledeni desert, pripravljen iz mleka, vode in zraka z dodanim sladkorjem (glukoza, saharoza, dekstroza), aromo, sadjem, oreščki, stabilizatorji in emulgatorji. Vsebuje snovi, ki so lahko pokvarljive, če se z njimi ne ravna po vseh higienskih predpisih. Za nastanek dobrega sladoleda sta potrebni natančnost in potrpežljivost. Sladoled je medij, v katerem lahko zrastejo patogene bakterije, npr. *Salmonella spp.*, *Listeria monocytogenes* in *Staphylococcus aureus*, v njem pa uspešno uspevajo tudi enterobakterije in aerobne mezofilne bakterije, ki živilo lahko pokvarijo. Sladoled se mora shranjevati pri temperaturi okoli $-18\text{ }^{\circ}\text{C}$; temperatura ne sme nihati, da se majhni vodni kristali ne stopijo in ponovno zmrznejo v velike kristale, ki uničijo kakovost sladoleda. Pri sladoledu senzorično ocenjujemo videz, barvo, vonj, okus in telo (ogrodje). Vse te lastnosti pa so odvisne že od kakovosti sladoledne baze, hitrosti zamrzovanja in količine vpihanega zraka.

Zagovor: 14. 3. 2016

Andrej CEPUŠ

UVAJANJE PROGRAMA BE-FIT V ZDRAVILIŠČE X HOTEL Y

MENTORICA: MILENA SUWA STANOJEVIĆ, univ. dipl. živ. tehnol.

SOMENTORICA: MOJCA CEPUŠ, nutricionistka

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: osebje, standard, posodobiti, ponudba, izobraževanje

IZVLEČEK

Diplomsko delo sem opravljajal v podjetju XY, d. o. o. Sodeloval sem z Mojco Cepuš, ki je bila moja mentorica na projektu, z vodstvom podjetja XY in osebjem, ki opravlja delo v Zdravilišču X Hotel Y. Namen diplomskega dela je ugotoviti, ali je osebje dovolj izobraženo in sposobno, da v Zdravilišču X Hotel Y, dvignemo standard in s tem posodobimo ponudbo v gostinskem obratu. Cilj diplomskega dela je ugotoviti, na kakšen način se lotiti projekta tako, da gostu ponudimo širšo in bolj raznoliko gostinsko ponudbo. V primeru, da osebje ne bo dosegalo standarda, ki ga želimo, bomo osebje izobrazili in jih pripravili na prenovno ponudbo v gostinskem obratu.

Zagovor: 29.6.2016

Marta ČEMAŽAR

**PROMOCIJA POSAVSKEGA ŠTEHVANJA S POMOČJO ORODIJ
ELEKTRONSKEGA TRŽENJA**

MENTOR: mag. DEJAN CVITKOVIČ, univ. dipl. ekon.

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: posavsko štehanje, elektronsko trženje, družabna omrežja, promocija.

IZVLEČEK

V zadnjih letih je uporaba družabnih omrežij pridobila na pomenu, ne le na področju komunikacije, marveč tudi na področjih obveščanja, oglaševanja ipd. Tega se začenjajo zavedati tudi turistične organizacije, ki se trudijo za razvijanje učinkovitega elektronskega poslovanja. V diplomski nalogi so prikazane moderne oblike trženja ter vpliv le-teh na primeru etnološke prireditve posavskega štehanja, ki se vsako leto v juniju odvija v Savljah. Na njej tekmujejo neporočeni fantje ter na neosedlanih konjih s kijem zbijajo lesen sod. Za potrebe promocije prireditve je bila obnovljena spletna stran ter stran družabnega omrežja Facebook, poleg tega pa sta bili oblikovani strani na Twitterju in Instagramu. Potrebno je poudariti, da za promocijo ni bilo na voljo nobenih finančnih sredstev. Od marca 2016 so potekale aktivnosti na omenjenih omrežjih, s katerimi se je privabljal potencialne obiskovalce prireditve, ob koncu pa je bila analizirana uspešnost ter potencialnost družabnih omrežij na področju promocije te prireditve.

Zagovor: 27.10.2016

Tadej ČESNIK

VPLIV NIZKOHIDRATNE VISOKOMAŠČOBNE DIETE NA HUJŠANJE

MENTORICA: MILENA SUWA STANOJEVIĆ, univ. dipl. inž. živil. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: debelost, hujšanje, dieta, prehrana, nizkohidratna, visokomaščobna

IZVLEČEK

Namen diplomskega dela je predstaviti pomen prehrane pri hujšanju. Natančneje je predstavljena nizkohidratna visokomaščobna dieta, ki je, po ugotovitvah študij, pri hujšanju zelo učinkovita. Problematika večine študij, ki omenjajo visokomaščobno prehrano, je v tem, da vključujejo tudi visok vnos ogljikovih hidratov. Zaradi tega so bile v diplomskem delu zbrane študije, pri katerih je bil količinski vnos ogljikovih hidratov manjši od 20% dnevnega kaloričnega vnosa oziroma manj kot 120 g ogljikovih na dan. V 16 študijah, ki so omenjene v diplomskem delu, se je nizkohidratna visokomaščobna dieta v vseh primerih izkazala kot primernejša različica diete pri hujšanju v primerjavi z nizkomaščobno dieto. V današnjem času sta v populaciji zahodnega dela sveta vedno bolj pogosta debelost in prekomerna telesna masa. To je posledica pomanjkanja gibanja ter spremembe navad in prehranskih smernic, ki izhajajo iz osemdesetih let in priporočajo povečan vnos ogljikovih hidratov v prehrani. Opazovanje fizioloških procesov na tkivnem in celičnem nivoju preko delovanja encimov in hormonov kaže na vpliv ogljikovih hidratov pri motnjah telesnih sistemov, ki nadzirajo skladiščenje maščevja. Izboljšanje zdravstvenega stanja telesa je mogoče doseči prav s spremembo prehrane, pri kateri znižamo količinski vnos ogljikovih hidratov in povečamo količinski vnos maščob. S tem sprožimo pozitivne hormonske spremembe, ki pripomorejo pri hujšanju.

Zagovor: 21. 4. 2016

Filip ČRESNIK

PREHRANA KOT POMEMBEN DEJAVNIK ZMANJŠEVANJA STRESA

MENTORICA: mag. Marina VODOPIVEC

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: uravnotežena prehrana, zdrava prehrana, stres.

IZVLEČEK

V diplomski nalogi obravnavam prehrano zaposlenih pod stresom. Stres na delovnem mestu je v današnjem modernem svetu postal stalnica. Idejo za diplomsko nalogo sem dobil na osnovi lastne izkušnje pri delu v farmacevtskem podjetju, kjer sem opazil, da so ljudje zaradi natančnosti, ki jo delo zahteva, velikokrat pod stresom. Podatke za raziskavo sem pridobil s pomočjo vprašalnika, ki je sestavljen iz dveh delov. Prvi del se navezuje na prehrano, drugi pa na stres, ki ga zaposleni doživljajo na delovnem mestu. Ugotovil sem, da zaposleni za malico največkrat uživajo sendviče, da pod stresom najpogosteje posežejo po sladki hrani, kot je čokolada, in da se starejši zaposleni prehranjujejo bolj zdravo od mlajših. Rezultati ankete so pokazali, da so zaposleni, ki sem jih zajel v vzorec, zmerno nagnjeni k stresu.

Zagovor: 14.12.2016

Natalija ČAJIĆ

PREDNOSTI IN SLABOSTI DOMAČE IZDELAVE PEČENIC

MENTORICA: MARIJA KOSTADINOV, univ. dipl. ing. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: pečenice, presne mesnine, sestavine, dodatki, ovitki, analize, naprave

IZVLEČEK

Pečenice sodijo v skupino presnih mesnin, le-te pa se dajejo v promet kot predpripravljeno meso, presne klobase, izdelki iz mletega mesa, namazi in ipd. Pravilnik o kakovosti mesnih izdelkov presne mesnine opredeljuje kot izdelke, ki se izdelujejo iz mesa divjadi ali klavnih živali. Izdelujejo se iz celih ali razrezanih kosov, preoblikovanega mesa ali razdetega, drobovine, mastnine, aditivov, začimb in dodatnih sestavin. Lahko so soljeni, razsoljeni in toplotno neobdelani. Taki izdelki so v prometu na voljo v ohlajeni ali zamrznjeni obliki. V diplomskem delu so opisane prednosti in slabosti doma izdelanih pečenic. Opravljene so bile kemijske in senzorične analize. Rezultati so pokazali, da so doma izdelane pečenice bolje ocenjene od industrijskih, in da so narejene v skladu s pravilnikom.

Zagovor: 29. 2. 2016

Zlatan DEDIĆ

TRNIČ – POSEBNEŽ Z VELIKE PLANINE

MENTORICA: MARIJA KOSTADINOV, univ. dipl. ing. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: siri, Velika planina, pastirji, trnič

IZVLEČEK

Trniči so trdi siri značilne hruškaste oblike. Posebneže z Velike planine so poleti med pašo izdelovali pastirji. Po izročilu so trniči sodili med lepša ljubezenska darila, ki so jih pastirji podarjali izvoljenkam. Izdelovali so jih tako, da so skuto, ki je bila narejena iz ogretega kislega mleka z dodano smetano, najprej oblikovali v kepe in jih nato osušili. Ko so se trniči nekoliko posušili, so jih lahko dokončno oblikovali in vanje odtisnili pisave. Pisave so bile na deščicah negativno izrezljani vzorci, največkrat motivi srca ali križa. Trniči se niso uporabljali samo kot ljubezenska darila. V diplomskem delu je predstavljena izdelava trničev, njegov pomen v današnjem času in anketa o poznavanju tega sira v različnih pokrajinah Slovenije.

Zagovor: 8. 7. 2016

Edvard DOLINAR

**MIKROBIOLOŠKE IN SENZORIČNE SPREMEMBE PO IZTEKU ROKA
TRAJANJA**

MENTORICA: MARIJA KOSTADINOV, univ. dipl. inž. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: hitro zamrznjena živila, mikrobiološke in senzorične spremembe, pretečen rok uporabnosti

IZVLEČEK

V javnosti se pojavlja dosti ugibanj, ali je hrana, ki ji preteče rok trajanja še užitna za človeka. Od maja 2014 je trgovcem dovoljeno prodajati pretečene izdelke na posebej označenih policah za prodajo po preteku roka trajanja z oznako »uporabno najmanj do«. Zakonodaja dovoljuje prodajo živil po preteku roka uporabnosti, zato so me zanimale mikrobiološke in senzorične spremembe naših najbolj prodajanih hitro zamrznjenih živil. Raziskava je bila opravljena v podjetju Žito prehrabena industrija. V diplomskem delu sem raziskoval proces staranja izbranih izdelkov, v obdobju od izdelave do zaključka 25 odstotne prekoračitve roka uporabnosti. Zaznane spremembe na vzorcu francoskih rogljičkov, mesnega bureka, skutnih štrukljev in sojinih polpetov so bile vezane večinoma na izgled in manj izrazit okus pripravljenega izdelka. Ugotovljene spremembe niso škodljive za zdravje človeka.

Zagovor: 20. 4. 2016

Robert DUMENDŽIČ

ALTERNATIVNI VODNIK PO LJUBLJANI

MENTORICA: mag. VESNA LOBOREC

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: alternativni vodnik, turist, zahtevnejši, aplikacija

IZVLEČEK

Alternativni vodnik po Ljubljani je drugačna, dopolnjena izbira h klasičnemu vodniku po Ljubljani za ne tako običajnega, konvencionalnega turista, ki je vaje ogledovanja tipičnih muzejev, cerkva, mostov, trgov, mestnih hiš in drugih klasičnih zgodovinskih in kulturnih znamenitosti. Izbral sem dvajset edinstvenih ljubljanskih lokacij kulturnega in družabnega dogajanja, ki zaradi specifičnih lastnosti izstopajo od tipične turistične ponudbe. To je vodnik za mlade in ne tako mlade popotnike, ki jim je skupno to, da so zahtevnejši in radovednejši od povprečnega turista ter da se hočejo izogniti tako imenovanim turističnim pastem, ki jih ima danes vsako mesto. Narejen bo kot aplikacija za telefon ali tablični računalnik. Izbira aplikacije je logična, saj se papirnati oziroma tiskani tradicionalni vodniki vedno bolj poslavljajo in jih nadomeščajo digitalni.

Zagovor: 29. 6. 2016

Dijana ĐURANOVIĆ KRIČKA

MIKROBIOLOŠKA ANALIZA IZDELKOV IZ MLETEGA MESA

MENTORICA: KATARINA SMOLE, univ. dipl. inž. živ. teh.

SOMENTORICA: MATEJA HRIBERŠEK BINTER, org. živ.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: mleto meso, mesni izdelki, mikrobiološka kakovost mesa, preprečevanje rasti mikroorganizmov, zdravje potrošnika.

IZVLEČEK

Meso je surovina, ki jo pridobivamo od klavnih živali in je namenjeno za prehrano ljudi. Danes je dostopnejše kot nekoč in zato v prehrani tudi bolj zastopano. Zaradi svoje sestave predstavlja dober vir pomembnih hranilnih snovi v vsakdanji prehrani. Zaradi samega izvora pa lahko, ob neprimernem ravnanju z njim, postane ustrezen medij za razmnoževanje mikroorganizmov, ki najpogosteje povzročajo kvarjenje živil. Da bi preprečili razmnoževanje patogenih mikroorganizmov, moramo najprej zagotoviti ustrezno izvedbo zakola in poskrbeti za primerne pogoje zorenja mišičnine v meso. Ob neustreznem shranjevanju in hlajenju se lahko zgodijo spremembe, ki negativno vplivajo na kakovost mesa in posledično tudi na kakovost mesnih izdelkov. Predmet pričujoče mikrobiološke analize izdelkov iz mletega mesa so mesni izdelki, kot so čevapčiči, sudžukice in pleskavice. To so specialitete balkanske kuhinje, ki so pripravljane iz mletega mesa z začimbami, katerih glavna sestavina je večinoma samo mleto meso mlade govedi, ter spadajo v kategorijo presnih mesnin, ki jih je treba za uživanje toplotno obdelati. Naloga podaja informacije o tehnologiji pridobivanja mletega mesa, mikrobiološki sliki izdelkov iz mletega mesa tekom tehnološkega postopka priprave, toplotne obdelave in nadaljne uporabe. Glavni namen naloge je bil raziskati kakovost obdelanega mletega mesa in mesnih izdelkov preko ugotavljanja vsebnosti mikroorganizmov v surovih in toplotno obdelanih izdelkih iz mletega mesa. S primerjavo rezultatov analize s podanimi določenimi vrednostmi prisotnosti mikroorganizmov v Smernicah, pridobimo podatek o mikrobiološki sliki vzorcev mesnih izdelkov in morebitno prisotnost mikroorganizmov, ki bi lahko ogrozili zdravje potrošnika.

Zagovor: 28. 9. 2016

Dejan EMERŠIČ

VPLIV ZDRAVE PREHRANE NA ZADOVOLJSTVO IN KVALITETO ŽIVLJENJA

MENTORICA: mag. MARINA VODOPIVEC, univ. dipl. psih.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: zdravje, zdrava prehrana, življenjski slog, zadovoljstvo z življenjem, kakovost življenja

IZVLEČEK

Diplomsko delo se ukvarja s tematiko, ki je v današnjem hitrem tempu življenja še kako aktualna, to je vplivom zdrave prehrane na zadovoljstvo in kvaliteto življenja. Teoretski del se v začetku osredotoči na pomen zdravja in predstavi ključne dejavnike ki vplivajo nanj. V nadaljevanju je zdravje povezano s kakovostjo življenja, pri čemer je kakovost življenja podrobneje definirana, obenem pa se predstavi doživljanje tega pojma s strani posameznikov. Zaradi pomembnosti tematike je v nadaljevanju podrobneje opredeljen tudi življenjski slog in z njim povezana tvegana vedenja, in sicer s poudarkom na zdravi prehrani. Predvsem se delo osredotoči na teoretski model, ki predstavlja medsebojne povezave med življenjskim slogom in zdravo prehrano ter zadovoljstvom z življenjem. V empiričnem delu so predstavljene predpostavke s predvidevanjem, da zdrav življenjski slog napoveduje večje zadovoljstvo in kakovost življenja kot nezdrav življenjski slog in z njim povezana tvegana vedenja. Druga pomembna predpostavka je, da je zdrava prehrana pomemben dejavnik, ki vpliva na zadovoljstvo respondentov, če pa življenjski slog poleg zdrave prehrane vključuje tudi druge dejavnike, le-ti skupaj sočasno vplivajo na še večje zadovoljstvo respondentov. To je bilo preverjeno in potrjeno tudi s spletno anketo. Na koncu naloge so prikazane bistvene ugotovitve in predlogi za nadaljnje raziskovanje.

Zagovor: 30. 8. 2016

Maja FLIS

ZDRAVA PREHRANA DOJENČKA DO 1. LETA STAROSTI

MENTORICA: MILENA SUWA STANOJEVIĆ, univ. dipl. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: zdrava prehrana dojenčka, smernice prehranjevanja dojenčka, dojenje, mlečni nadomestki, hranilne snovi, priprava jedi.

IZVLEČEK

V diplomskem delu so opisane smernice zdravega prehranjevanja in potrebe po hranilnih snoveh v prehrani dojenčka do 1. leta starosti. Namen diplomskega dela je bil ugotoviti, ali se starši zavedajo pomena zdrave prehrane svojega dojenčka ter kakšne obroke jim pripravljajo. Za metodo dela sta bila uporabljena anketni vprašalnik ter analiza ponudbe po mlečnih nadomestkih na trgu v primeru nezmožnosti dojenja. Z anketnim vprašalnikom je bilo ugotovljeno, da je večina anketirank seznanjena z načeli zdrave prehrane otrok. Anketiranke so zadovoljne s ponudbo nadomestkov in pripravkov za otroke. Raziskava je pokazala, da je ponudba mlečnih nadomestkov na trgu kljub določenim prednostim in pomanjkljivostim raznolika.

Zagovor: 30. 6. 2016

Maja GRAHOVAR

VPLIV RAZLIČNIH TEMPERATUR SKLADIŠČENJA NA KEMIJSKE IN SENZORIČNE LASTNOSTI JOGURTA

MENTORICA: MARIJA KOSTADINOV, univ. dipl. inž. živ. teh.

SOMENTORICA: MARIJA VRHOVEC, univ. dipl. inž. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: jogurt, pravilno skladiščenje, kemijske in senzorične lastnosti, vzorec, temperatura skladiščenja

IZVLEČEK

Jogurt je mlečni izdelek, ki nastane z mlečnokislinsko fermentacijo mleka. Kot vemo, je pravilno skladiščenje pomembno za ohranjanje kakovosti in neoporečnosti izdelka, zato sem se odločila raziskati, kako različna temperatura skladiščenja vpliva na kemijske in senzorične lastnosti končnega izdelka. Vzorce sem vzela iz dveh zaporednih proizvodenj in jih razdelila v tri skupine (hladilnik, sobna temperatura in prekinjena hladna veriga). Vpliv različnih temperatur skladiščenja je najbolj opazen pri senzorični oceni. Najslabše ocenjeni so bili vzorci, shranjeni na sobni temperaturi, najboljše ocenjeni pa so bili vzorci, shranjeni v hladilniku. Opazne so tudi spremembe pri °SH in pH. Pri vzorcih, shranjenih na sobni temperaturi, je razlika med rezultati najbolj opazna.

Zagovor: 21. 12. 2015

Natalija GROŠE

**VKLJUČEVANJE NOVIH TURISTIČNIH PROGRAMOV NA OSNOVI
KULTURNE DEDIŠČINE V TURISTIČNO PONUDBO KRANJA**

MENTORICA: doc. dr. LEA KUŽNIK

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: Kranj, turizem, turistični programi, kulturna dediščina

IZVLEČEK

Diplomsko delo obravnava stanje trenutnih turističnih programov na osnovi kulturne dediščine v starem mestnem jedru Kranja, z namenom, da se najdejo rešitve za izboljšanje ponudbe. Glede na vse, kar nam mesto ponuja, je turizem v tej občini precej slabo razvit. S pomočjo ankete je bilo raziskano in analizirano, kaj ljudje v mestu najbolj poznajo, katerih dogodkov se največkrat udeležijo in kaj je tisto, ki bi jih pritegnilo, da bi mesto večkrat obiskali. Na podlagi tega je bilo podanih nekaj predlogov, ki bi v prihodnje lahko pripomogli k širjenju turistične ponudbe in večji obiskanosti mesta.

Zagovor: 28. 9. 2016

Milenko HORVAT

BOHINJSKI POSEBNEŽ - MOHANT

MENTORICA: Marija Kostadinov, uni. dipl. ing. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede : sir, tehnološki postopek, sensorika, poznavanje

IZVLEČEK

Mohant je sir, ki ga izdelujejo samo v Bohinju. Njegovo ime se je pojavilo že v 18. stoletju, kar dokazujejo številni pisni in ustni viri. Je tudi bohinjski posebnež in nosi oznako zaščitena označba porekla. Izdelan je iz surovega kravjega mleka in ima značilen pikanten okus ter močan vonj. Na njegove lastnosti zelo vpliva način njegove proizvodnje, ki pa obsega dve ključni fazi. Prva faza je, ko sirno zrno po fazi sušenja pustijo, da se usede na dno, druga faza pa je faza zorenja v tako imenovanih dežah, kjer se zagotavljajo anaerobni pogoji za zorenje mohanta. Med zorenjem se sprošča plin, kar daje siru specifičen vonj in okus, hkrati pa zaradi plina postane mazav. V diplomskem delu je predstavljen mohant, ki je posebnež med siri. Predstavljen je tehnološki postopek njegove izdelave pri dveh različnih proizvajalcih, narejena je tudi senzorična ocena in analiza prepoznavnosti tega sira v Sloveniji.

Zagovor: 8.7.2016

Sara HRŽENJAK

RIBOGOJNICE V SLOVENIJI

MENTORICA: MARIJA KOSTADINOV, univ. dipl. ing. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: ribogojnice, ribe, salmonidi, ciprinidi, uravnotežena prehrana

IZVLEČEK

Slovensko akvakulturo ali ribogojstvo predstavljajo hladnovodno in toplovodno sladkovodno ter toplovodno morsko ribogojstvo. Naravne danosti omogočajo v Sloveniji te tri tipe ribogojstva v omejenem obsegu. Primerni vodotoki za gojenje salmonidov so razporejeni po celi državi, gojenje ciprinidnih vrst pa je bolj omejeno na območja Prekmurja, Štajerske, Dolenjske in Notranjske. Gojenje morskih vrst rib se izvaja zgolj v Piranskem zalivu. V diplomskem delu je predstavljena zakonodaja s področja ribogojstva, opis rib iz naših ribogojnic in pomen rib v uravnoteženi prehrani. Podan je tudi seznam slovenskih ribogojnic s poudarkom na Ribogojnici Brežice in rezultati ankete o zaupanju potrošnikov za nakup rib vzrejenih v ribogojnicah.

Zagovor: 20. 4. 2016

Blaž HUDNIK**AYURVEDA KOT VEDSKA ZNANOST IN TRŽNA NIŠA V TURIZMU****MENTORICA: JANJA BLATNIK, univ. dipl. ekon.****Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM****Ključne besede:** ajurveda, turistična ponudba, doše, zdravljenje, prehrana**IZVLEČEK**

Ajurveda je sistem tradicionalne medicine, ki izvira iz Indije, izvaja pa se tudi v drugih delih sveta kot oblika komplementarne in alternativne medicine zdravilstva. Beseda ayurveda je v sanskrtu sestavljena iz besede »āyus«, kar pomeni »življenje« in »veda« torej »znanje« ali »znanost«. Ajurveda ali v dobesednem prevodu znanje o življenju, pokriva štiri vidike človeka in sicer dušo, um, čustva in telo. Ajurveda je zaradi svoje kompleksnosti razdeljena na osem vej, ki so splošno znane kot Asthanga Ayurveda. Kot vsaka druga moderna medicinska terapija tudi ajurveda verjame v specializirane postopke za različne dele telesa, torej je ajurveda kategorizirana v veje, ki delujejo specifično na različnih aspektih telesnega in duševnega zdravja. Po omenjeni vedi je naše telo sestavljeno iz treh tipov (Dosha), sedmih tkiv (Dhaatus) in treh vrst odpadkov (Malas). Tri doše, ki jih poznamo so Vata, Pitta in Kapha, beseda "Dhatu" pa v sanskrtu pomeni "tisto, kar drži skupaj / na mestu", torej tkiva ohranjajo naše telo v pravilni obliki, negujejo vse organe, da sodelujejo pri presnovi, pomagajo pri asimilaciji, absorpciji, izločanju in s tem ohranjajo naše zdravje. V Sloveniji je ajurveda najbolj razvita in uporabljana v hotelih Life Class, kjer v Shakti - Ayurveda centru izvajajo različne ajurvedske postopke, ki temeljijo na tradicionalnem izročilu, izvajajo jih za evropske goste po ustreznem pristopu in standardih kakovosti, za avtentičnost in najvišjo kakovost izvajanja terapij pa skrbi zdravnica ajurvedske medicine dr. Kavitha Gopalan Shyamala. Postopke izvajajo certificirani terapevti iz Indije in profesionalni ajurveda terapevti, ki so si znanje pridobivali pri indijskih strokovnjakih ajurvede z dolgoletnimi izkušnjami. Po drugih hotelskih nastanitvah v Sloveniji ajurvede sicer v večji meri ne prakticirajo, poznamo pa redke izjeme kot na primer Zdravilišče Laško, Terme Topolšica, Sava hotels and resorts in hotel Kompas.

Zagovor: 14. 3. 2016

Tina JAGER

NAČRT PROSTORA IN HACCP PROGRAM ZA SLAŠČIČARSKO OBRT

MENTORICA: KATARINA SMOLE, univ. dipl. inž. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: slaščičarski obrat, prehrambni obrat, HACCP, higiena živil.

IZVLEČEK

Diplomska naloga vsebuje izdelavo načrta ureditve prostora za slaščičarski obrat z upoštevanjem higienskih smernic in veljavne zakonodaje. Izdelan je tudi načrt HACCP, ki končnemu potrošniku zagotavlja varnost živil. Opisane so zakonske zahteve, pravilniki in smernice dobre higienske prakse, ki jih je potrebno upoštevati pri vzpostavitvi in obratovanju prehrambnega obrata. Našteti in opisani so vsi stroji, naprave in elementi, ki jih vključujemo v obrat slaščičarne. Rezultat diplomskega dela je izdelan načrt ureditve prostora z vrisanimi elementi, napravami in 3D vizualizacijo prostora ter načrt HACCP s spremljajočimi navodili dobre higienske in proizvodne prakse.

Zagovor: 30. 8. 2016

Julija KAVČIČ

**PO POTEH KULTURNE DEDIŠČINE Z UČENCI PRVEGA RAZREDA
OSNOVNE ŠOLE V OBČINI DOBROVA - POLHOV GRADEC**

MENTORICA: doc. dr. LEA KUŽNIK

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: občina Dobrova - Polhov Gradec, kulturna dediščina, program za otroke

IZVLEČEK

Diplomsko delo obravnava kulturno dediščino v občini Dobrova - Polhov Gradec. V okviru te tematike sem obravnavala šest izbranih in raznolikih elementov kulturne dediščine v občini. Najbolj zanimivi so cerkev sv. Petra v Dvoru, Polhograjska graščina, Neptunov vodnjak, Severjeva hiša, Koširjeva kašča in Možinetova hiša. Diplomsko delo je razdeljeno na teoretični in praktični del. V teoretičnem delu sem opisala občino ter omenjeno izbrano kulturno dediščino, v praktičnem delu pa sem sestavila izobraževalni program, ki je prilagojen učencem prvih razredov osnovne šole. Na podlagi vseh informacij, ki sem jih pridobila, sem s pomočjo zgodbe predstavila omenjeno dediščino ter zasnovala različne igre ter ustvarjalne delavnice, ki bodo služile kot učno orodje za otroke pri spoznavanju kulturne dediščine.

Zagovor: 28. 9. 2016

Dea KEPIC

**PREHRANJEVALNE NAVADE MED MLADIMI V ČASU
POVEČANEGA PSIHOFIZIČNEGA NAPORA**

MENTORICA: mag. MARINA VODOPIVEC

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: prehranjevalne navade, zdrava prehrana, psihofizični napor, mladi

IZVLEČEK

V diplomskem delu so raziskane in predstavljene prehranjevalne navade med mladimi v času povečanega psihofizičnega napora. Predpostavljala sem, da se mladi med večjim psihofizičnim naporom ne prehranjujejo drugače, oziroma, da takrat še pogosteje posegajo po nezdravi, hitri hrani in prigrizkih. Zanimalo me je njihovo znanje o vplivu živil na počutje in psihofizične zmogljivosti. Zdrava prehrana ima velik vpliv na optimalno delovanje možganov, kar je posebej pomembno ob povečanem psihofizičnem naporu. V diplomskem delu so predstavljene še zlasti za možgane pomembne hranilne snovi in njihove različne vplive nanje. Da bi lahko hranilne snovi le najboljše izkoristili, je povzeto tudi, kako nanje vplivajo pridelava, predelava in shranjevanje živil. Kot zgled za posamezne obroke med večjim psihofizičnim naporom sem predstavila, kaj je primerno uživati za zajtrk, malico, kosilo in večerjo. V pomoč mladim sem naredila tudi predstavitveni letak z nasveti za zdravo prehranjevanje. Z vprašalnikom sem opravila raziskavo med mladimi v Gimnaziji Koper, ki so imeli nedavno izkušnjo s povečanim psihofizičnim naporom – opravljanjem mature. Rezultati so v večji meri potrdili postavljeno hipotezo.

Zagovor: 30. 9. 2016

Miha KOPRIVEC

**PRIMERJAVA KEMIJSKIH ANALIZ SVEŽEGA, PASTERIZIRANEGA
IN STERILIZIRANEGA KOZJEGA MLEKA**

MENTORICA: MARIJA KOSTADINOV, univ. dipl. ing. živ. teh.

SOMENTORICA: VANJA BANKO, ing. živ.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: kozje mleko, kozjereja, toplotna obdelava, pasterizacija, sterilizacija

IZVLEČEK

Glavni namen diplomskega dela je ugotoviti, ali obstaja razlika med različno toplotno obdelanim kozjim mlekom – svežim, pasteriziranim in steriliziranim. Cilj diplomske naloge je raziskati in ugotoviti, ali obstajajo značilne razlike v kemijski sestavi pri svežem, pasteriziranem in steriliziranem kozjem mleku. Temo diplomskega dela sem si izbral, ker sem ljubitelj kozjega mleka in izdelkov iz le-tega. Prav tako pa me je k izbiri same teme pritegnilo praktično izobraževanje na Kmetiji Orešnik, kjer se ukvarjajo z kozjerejo in predelavo kozjega mleka.

Zagovor:27.10.2016

Nejc KOROŠEC

NAČRTOVANJE KULINARIČNEGA DOGODKA – JESENSKI VEČER

MENTORICA: mag. TJAŠA VIDRIH

SOMENTORICA: MARJETA CEVC, dipl. org. tur.

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: kulinarčni dogodek, načrtovanje, sestava menija, izračun stroškov

IZVLEČEK

Gostinski obrati pogosto pripravijo in na trgu ponudijo tematsko obarvane kulinarčne večere. Namen takih prireditev je popestritev ponudbe, pridobivanje novih gostov in zapolnitev kapacitet v manj zasedenem času. Organiziranje kulinarčnega večera zahteva izkušnje in široko strokovno znanje odgovornih oseb ter dobro sodelovanje vseh vključenih. Kulinarčni večeri so lahko zelo različni, običajno so vezani na določeno temo, kot je letni čas, na sezonsko živilo, praznik, zgodovinske obletnice ipd. V diplomskem delu predstavljam načrtovanje kulinarčnega večera na temo jesen s poudarkom na sezonskih lokalno pridelanih živilih. Načrtovanje dogodka v kuhinji vključuje vrsto aktivnosti – od sestave menija, izbire receptov in preizkušanja jedi, izračuna kalkulacij, naročila živil, razdelitve dela. Dogodek je lahko uspešno izpeljan le takrat, ko imajo vsi vključeni natančna navodila in točno vedo, kaj morajo narediti, kdaj in kako mora biti narejeno ter kdo nosi odgovornost za določeno nalogo. Odgovornost vodje je, da dobro načrtuje in da natančna navodila izvajalcem.

Zagovor: 12.12.2016

Maruška KOŠMRLJ

DOLOČANJE KOLIČINE MANGANA V DOPOLNILIH ZA KRMO S PLAMENSKO ATOMSKO ABSORPCIJSKO SPEKTROMETRIJO

MENTORICA: MARIJA KOSTADINOV, univ. dipl. inž. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: zavod, kemijske analize, mangan, pipeta, vzorci, meritve.

IZVLEČEK

V diplomski nalogi je predstavljen Zavod za zdravstveno varstvo Novo mesto, njegova zgodovina, organizacija in poslovanje zavoda, vizija, dejavnosti in področja zavoda ter politika kakovosti. Zavod za zdravstveno varstvo Novo mesto je javni zdravstveni zavod, katerega poslanstvo je na znanstveno medicinski podlagi strokovno obravnavanje problemov zdravstvenega varstva s področij socialne medicine, higiene, epidemiologije in zdravstvene ekologije ter koordiniranje teh dejavnosti. Poslanstvo uresničujejo skozi izvajanje mnogoterih dejavnosti, ki vplivajo na razvoj in stanje zdravstva ter zdravja prebivalstva v naši regiji in širše. Glavni del diplomske naloge pa je predstavitev aparata – plamenski atomski absorpcijski spektrometer – in narejena analiza na omenjenem aparatu, kjer se določujejo količine posameznih elementov. V svojem primeru bom določevala količino mangana v dopolnilih za živalsko krmo. Vsebnost dovoljene količine ne sme biti presežena, niti je ne sme biti premalo. Mejne količine se morajo ujemati s predpisanimi. Vsebnost mangana mora biti večja od 80% na predpisano vrednost. Med posameznimi paralelkami ne sme biti več kot 5% razlike.

Zagovor: 30. 6. 2016

Žan KOVIČ

**INOVATIVNI VODENI PROGRAM »OD KANADE DO MEHIKE«
PREKO ZAHODNE OBALE ZDA**

MENTORICA: doc. dr. LEA KUŽNIK

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: turistični program, ponudba, Kanada, ZDA, Mehika.

IZVLEČEK

Zahodna obala severne Amerike je bila priljubljena destinacija že od samega odkritja kontinenta. Za mnoge priseljence, pustolovce ter iskalce novih priložnosti je predstavljala obljubljeni deželo, nakopičeno z lepoto in naravnimi bogastvi. Skozi nekaj stoletji razvoja je lepota še vedno tam, kontinent je še vedno obljubljeni dežela, naravna bogastva pa so nekoliko opustošena v zameno za nastanek malih in velikih mest, ki danes dajejo pečat modernemu zahodu. Vse to se zliva v edinstveno fuzijo narave in človeškega napredka, ki se jo nedvomno splača izkusiti vsaj enkrat v življenju. Diplomsko delo se nanaša na ta delček sveta, vsebinsko pa predstavlja inovativni, vodeni turistični program po Zahodni obali ZDA, z delčkom Kanade na severu in Mehike na jugu. Vključuje ogled znamenitosti, ki so stalnica pri podobnih vodenih programih ter nekaj novih, svežih destinacij, ki do sedaj še niso bile združene v eni sami ponudbi. V njem je predstavljena tudi ideja oziroma koncept, ki bi potencialnim udeležencem nudil izbiro med klasično vodeno izkušnjo in izkušnjo, katera ponuja veliko več svobode pri razpolaganju časa in neodvisnost od preostale skupine. Diplomsko delo je torej poizkus ustvariti nekaj drugačnega oziroma nekaj, kar bi izstopalo iz povprečja klasičnih, vodenih potovanj.

Zagovor: 7.7.2016

Nina KOZJEK

ZNAČILNE JEDI NA POLHOGRAJSKEM

MENTORICA: MILENA SUWA STANOJEVIĆ, univ. dipl. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: Polhov Gradec, tradicionalne jedi, tradicionalna kuhinja, prehranjevalne navade, kulinarične prireditve

IZVLEČEK

Diplomsko delo obravnava tradicionalno prehrano v Polhovem Gradcu, ki leži v bližini Ljubljane in ima bogato kulturno dediščino, ki jo sestavlja izročilo podeželja ter premožnejšega sloja, ki je živel v Polhograjski graščini. Del dediščine so tudi jedi ter prehranjevalne navade, ki so se na Polhograjskem ohranile do danes. Namen diplomskega dela je ugotoviti, kakšna je bila prehrana na Polhograjskem v preteklosti. Odpira pa se raziskovalno vprašanje, ali se je tradicionalna prehrana ohranila do danes, kako je sprejeta med prebivalci, na kašen način se predstavlja ter promovira. Pri raziskavi je bila uporabljena metoda vprašalnikov. Anketirani so bili posamezniki, društva, ustanove ter gostinci. V preteklosti so v Polhovem Gradcu poznali različne vrste jedi iz žit, zelenjave, sadja, mesa, mlečnih izdelkov. Večinoma so uporabljali črno kuhinjo, boljše posodje ter pripomočke pa so imeli stanovalci Polhograjske graščine. Jedi so se delile na vsakdanje ter praznične. Nekatere jedi in postopki priprave so se ohranili do danes. Gostinci, ustanove, društva in posamezniki danes za promocijo jedi skrbijo s pomočjo različnih prireditev. Rezultati so pokazali, da se je precej tradicionalnih jedi ohranilo, njihova priprava pa se pogosto modernizira. Tematika sprejemanja tradicionalnih jedi na Polhograjskem še ni bila raziskana, kar kaže na izvirnost diplomskega dela. Njegova uporabnost pa je v tem, da lahko služi kot podlaga za izboljšanje promocije tradicionalnih jedi na Polhograjskem.

Zagovor: 14.12.2016

Tina KOŽELJ

SENZORIČNA VREDNOST AJDOVIH IN PIRINIH SLAŠČIČARSKIH IN PEKOVSKIH IZDELKOV

MENTORICA: MOJCA SMERAJEC, univ.dipl.ing.živ.teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: ajdova pletenica, pira, kvas, izdelovanje piškotov, senzorično ocenjevanje, embalaža, peka.

IZVLEČEK

Tema diplomskega dela je izdelava kakovostnih ajdovih in pirinih pekovskih in slaščičarskih izdelkov z namenom večje prepoznavnosti ajdove in pirine moke. Ajdovo in pirino moko sem si izbrala, ker sta globoko zarezani v zavest slovenskega naroda ter, ker vsebujeta veliko koristnih hranil za organizem. V teoretičnem delu sem opisala sestavine, postopke, promocijo in pakiranje za različne pekovske in slaščičarske izdelke. Izdelala sem ajdovo pletenico, ajdove piškote in pirine piškote z rozinami in čokolado ter jih zapakirala v lično embalažo, ter sam opis postopka izdelave obogatila z slikami. Senzorično ocenjevanje sem izpeljala med študenti živilstva in prehrane na Biotehniškem izobraževalnem centru Ljubljana, Višji strokovni šoli. Petnajst študentov je ocenjevalo zunanji videz, okus, vonj in konsistenco pletenice. Ocenjevalci so pohvalili videz izdelkov, izjemen vonj po ajdovi ter pirini moki, dobro konsistenco in poln okus. Rezultati senzoričnega ocenjevanja so pokazali, da je ajdova pletenica dosegla 76,6 točk, ajdovi piškoti 75,6 točk in pirini piškoti 75,3 točk. Možnih je bilo 80 točk. Glede na izbrane kriterije kakovosti se vsi trije izdelki uvrščajo v najvišjo kategorijo od 75 do 80 točk, kar pomeni, da so izdelki odlične kakovosti. Ajdovo pletenico sem izdelala in predstavila na tekmovanju, različnih promocijah ter na festivalih. Ajdove in pirine piškote sem pa ponudila na različnih promocijah in festivalih. V okviru diplomskega dela sem izdelala pekovske in slaščičarske izdelke, ki so dišeči, prijetnega okusa in videza, inovativni ter kakovostni. Glede na izbrane sestavine za njihovo izdelavo, ki izhajajo iz tradicije se izdelki uvrščajo med zdrave, polnovredne prehranske izdelke in imajo tudi velik tržni potencial.

Zagovor: 31. 8. 2016

Katja KRALJ

**SPREMINJANJE KEMIJSKIH IN SENZORIČNIH LASTNOSTI
EKOLOŠKEGA SUROVEGA MASLA MED SKLADIŠČENJEM**

MENTORICA: MARIJA KOSTANDINOV, univ. dipl. ing. živ. teh

SOMENTORICA: VANJA BANKO, ing. živilstva in prehrane

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: ekološka živila, mlečna maščoba, surovo maslo, posnemalniki.

IZVLEČEK

Surovo maslo je maščoba živalskega izvora, pridobljeno iz sladke ali kisle smetane mleka, ki vsebuje 35–40 % mlečne maščobe. Smetana mora biti neoporečna in z ustreznim deležem mlečne maščobe, najmanj 82 % mlečne maščobe in ne več kot 16 % vode. V diplomski nalogi so opisane razlike med industrijsko izdelanim domačim maslom in ekološkim domačim maslom med skladiščenjem. Rezultati fizikalno-kemijskih analiz zajemajo primerjanje vsebnosti vode, kislinsko stopnjo in pH vrednost. Obe vrsti masla sta bili tudi senzorično ocenjeni. Bolje je bilo ocenjeno ekološko domače surovo maslo.

Zagovor: 28. 9. 2016

Julija KRENKER

HARMONIJA EKOLOŠKO PRIDELANE HRANE Z VINI IZ KLETI RODICA

MENTORICA: mag. GORDANA VULIĆ, univ. dipl. inž. živ. teh.

SOMENTORICA: NELI SELAN, dipl. org. poslov. v tur. in hot.

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: ekološko pridelano vino Rodica, ekološki kmetijski izdelki, ocenjevanje ujemanja, harmonija okusov

IZVLEČEK

Namen diplomskega dela je bil ozavestiti čim večje število ljudi o prednostih ekološke pridelave hrane in vina ter predstaviti projekt Harmonija ekološko pridelane hrane z vini iz kleti Rodica, ki je bil izveden v Centru kulinarike in turizma KULT316. Cilji diplomskega dela so predstaviti, zakaj sta ekološka pridelava hrane in vina bolj zdrava in priporočljiva za posameznika ter raziskati medsebojno ujemanje okusov. Diplomsko delo temelji na izvedbi praktične storitve – delovne večerje. Za postopek zbiranja podatkov sem uporabila ocenjevalni list, v katerega so udeleženci zapisovali svoje zaznave, občutke in komentarje. V teoretičnih osnovah je predstavljeno konvencionalno, integrirano in ekološko vinogradništvo ter konvencionalno, integrirano in ekološko pridobivanje kmetijskih izdelkov. V glavnem delu je predstavljen potek projekta, praktični del mojega diplomskega dela, ki je bil v obliki delovne večerje. Z analizo rezultatov, pridobljenih z ocenjevalnimi listi, sem dobila nekaj odličnih kombinacij med jedjo in vinom. Rezultati so pokazali, da sta se z vinom Rodica malvazija classic najbolje ujeli mariniran telečji hrbet na posteljici iz berivke z lističi parmezana in olivnim oljem s pomarančo ter bučkin karpačo z rdečim poprovcem, limeto in olivnim oljem na rikoti z drobnjakom. Druga odlična kombinacija pa sta goveji filon ob brokolijevi peni in nadevanem krompirju z zelišči in maslom ghee ter VegEko burger z vinom Rodica refošk nature.

Zagovor: 14.12.2016

Marin KRIZMANIĆ

NA VRHU NEBOTIČNIKA NEKOČ IN DANES

MENTORICA: doc. dr. LEA KUŽNIK

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: Ljubljana, Nebotičnik, Vladimir Šubic, stavbna dediščina

IZVLEČEK

V diplomskem delu sem raziskal dediščino in sodobnost ljubljanskega Nebotičnika. V teoretičnem delu diplomskega dela sem opisal celotno zgodovino prvotne gradnje Nebotičnika in zgodovinski pomen te zgradbe za ljudi, ki so v 20. stoletju prisostvovali gradnji. Osredotočil sem se tudi na življenje načrtovalca in arhitekta Vladimirja Šubica ter raziskal arhitekturo Nebotičnika – katere so tiste arhitekturne posebnosti, ki jih je Šubic vnesel v stavbo. Poleg tega sem zapisal nekaj besed o dogajanju na Nebotičniku nekoč in o samem poteku gostinskega dela v prostorih nekdanje kavarne in nočnega plesnega kluba. Navedel sem tudi nekaj znanih osebnosti tistega časa, ki so pogosto zahajale na Nebotičnik. Zanimal me je podatek, koliko samomorov se je zgodilo v lokalu pred vojno oz. pred prenovo kavarne. Nato sem se osredotočil še na sedanji čas, na čas obnove in po obnovi Nebotičnika – kako so danes videti nadstropja, kjer poteka gostinsko delo, kako se današnji Nebotičnik razlikuje od predvojnega Nebotičnika in kdo ga dandanes obiskuje, kaj se v njem dogaja in koliko ga Ljubljančani sploh poznajo ter kaj o njem vedo. Raziskal sem tudi današnje stanje samomorov v ponovno odprtem lokalu. Na koncu sem navedel še nekaj zanimivosti v povezavi z ljubljanskim Nebotičnikom.

Zagovor: 20. 4. 2016

Anja KRIŽNAR

MIKROBIOLOŠKA IN KEMIČNA KAKOVOST PITNE VODE NA OBMOČJU VODOVODNEGA SISTEMA DOMŽALE

MENTORICA: KATARINA SMOLE, univ. dipl. inž. živ. teh.

SOMENTORICA: MATEJA HRIBERŠEK BINTER, inž. živ.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: pitna voda, fizikalno-kemične analize, mikrobiološke analize, zakonodaja, okužbe z vodo, onesnaževala.

IZVLEČEK

Voda je naravna prvina, ki je pogoj za nastanek in obstoj življenja. Kljub temu pa ni vsem enako dostopna. Ob vse večji industrializaciji in onesnaževanju postaja vprašanje dostopa do ustrezne pitne vode problematično tudi v tistih delih sveta, kjer ta težava ni obstajala. Zagotavljanje ustrezne kakovosti pitne vode je izjemnega pomena za varno proizvodnjo živil ter s tem za celotno varstvo zdravja potrošnikov.

V laboratoriju sem opravila fizikalno-kemične analize, da bi ugotovila kakovost pitne vode. Po opravljenih analizah nisem zaznala povišanih vrednosti. V mikrobiološkem laboratoriju sem opravila analize na parametre, ki jih predpisuje Pravilnik o pitni vodi. Največ poraslih kolonij je bilo na parameter skupno število mikroorganizmov, kar je lahko posledica motenj v vodovodnem sistemu, in koliformne bakterije, ki so indikatorji fekalnega onesnaženja. Najbolj neustrezne rezultate sta imela vzorca dveh naravnih virov, ki pa nista bila oskrbovana in uradno nista deklarirana kot vira pitne vode. Povečana prisotnost mikroorganizmov je lahko odraz obilice prehranskih snovi v vodi, poškodovanega vodovodnega omrežja, neustrezne priprave pitne vode ipd. Pomembno je, da vsi skrbimo, da pijemo čim bolj kakovostno vodo.

Zagovor: 12.12.2016

Tjaša KUŠAR

PONUDBA TRDIH SIROV V SLOVENIJI

MENTORICA: MARIJA KOSTADINOV

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: sestava mleka, mlečni izdelki, trde vrste sira, slovenski sir, ponudba sira, napake sira, anketa

IZVLEČEK

Sir je izdelan iz surovega ali toplotno obdelanega mleka, smetane, pinjenca ali sirotke. Je izdelek, ki glede na vrsto vsebuje več ali manj vode, kar vpliva na njegovo obstojnost. Trdi sir je poimenovanje vseh vrst sira, v katerih je količina vode v sirnem testu nižja od 40 %. Sir je čvrste konsistence, odlikuje ga zelo aromatičen in poln okus. V diplomskem delu je predstavljena tehnologija izdelave trdih vrst sira. S pomočjo ankete je ugotovljeno, ali kupci poznajo in koliko kupujejo trde vrste sire, izpostavljen je slovenski trdi sir. Raziskana je tudi ponudba trdih vrst sira v večjih trgovskih centrih.

Zagovor: 21. 12. 2015

Špela LISJAK

VPLIV LCHF (low carb high fat) PREHRANE NA ČLOVEKA

MENTORJA: mag. MARINA VODOPIVEC, univ. dipl. psih.

SOMENTORJA: MARIJA KOSTADINOV, univ. dipl. ing. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: LCHF, prehrana, maščobe, beljakovine, živila, izdelki

IZVLEČEK

LCHF je način prehranjevanja, ki se je razvil na Švedskem. Ta prehrana temelji na osnovnih živilih, bogatih z maščobami, normalnim vnosom beljakovin in močno omejenim vnosom ogljikovih hidratov. To naj bi bila izvorna prehrana naših prednikov, kateri so človeška telesa gensko najbolj prilagojena. Živila, ki so pri LCHF prehranjevanju najbolj priporočljiva, so naravne maščobe, meso in mesni izdelki, ribe in morski sadeži, jajca in zelenjava, ki raste nad tlemi. V omejenih količinah pa so dovoljeni tudi polnomastni mlečni izdelki, oreščki, semena in jagodičevje. Z diplomsko nalogo sem želela ugotoviti, kako LCHF prehrana vpliva na telo človeka. Intervjuvala sem pet oseb, ki se že dalj časa prehranjujejo po načelih LCHF prehranjevanja. Na podlagi njihovih odgovorov pa sem analizirala, kako je ta prehrana dejansko vplivala na delovanje njihovih teles in kakšen vpliv je imela na njihovo zdravje in počutje.

Zagovor: 30. 8. 2016

Bojan LONČARIČ

**POSTAVITEV STANDARDOV ZA IZVEDBO SAMOPOSTREŽNEGA
ZAJTRKA V HOTELU BRDO – JGZ PROTOKOLARNE STORITVE
REPUBLIKE SLOVENIJE**

MENTORICA: mag. JERNEJA KAMNIKAR

SOMENTORICA: SAŠA ZUPAN, organizator poslovanja v gostinstvu

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: postavitvev, standard, zajtrk, hotel, zadovoljstvo

IZVLEČEK

Diplomsko delo *Postavitvev standardov za izvedbo samopostrežnega zajtrka v hotelu Brdo – JGZ Protokolarne storitve Republike Slovenije* natančno analizira in predstavi vse tehnične, operativne, moralne in etične standarde za uspešno izvedbo in postavitvev samopostrežnega zajtrka v hotelu Brdo. Postavitvev tehničnih, operativnih, etičnih in moralnih standardov bo pripomogla k dvigu kakovosti postrežbe zajtrka in posledično k dvigu zadovoljstva gosta in ne nazadnje tudi zaposlenih. Pri postavitvi standardov je treba slediti željam gostov in zaposlenih ter trendom v prehrani in jih neprestano obnavljati, saj le tako dosežemo, da bo standard zaživel in obstal ter ne bo samo črka na papirju. V uvodnem delu diplomskega dela sem predstavil namen, opredelitev problema, teoretične osnove in posestvo Brdo pri Kranju z zgodovino in objekti, ki so v oskrbi Javnega gospodarskega zavoda Protokolarne storitve RS. Nato sem se usmeril predvsem na predstavitev hotela Brdo, njegove prenočitvene zmogljivosti, kongresno dejavnost, gostinske obrate in njihovo ponudbo. V glavnem delu sem razložil, kaj sploh so standardi v gostinstvu, jih razdelil na tehnične, operativne in etične ter pojasnil, zakaj jih potrebujemo. Pri tehničnih standardih za uspešno izvedbo in postavitvev samopostrežnega zajtrka sem v ospredje postavil zaposlenega, njegovo vizualno podobo in higienske navade, nato pa videz same restavracije, miz, pogrinjkov in bifejske mize. Pomemben je tudi izbor pravih jedi, toplih napitkov in ostalih pijač. Pri operativnih standardih je največji poudarek na dobri komunikaciji med zaposlenim in gostom ter samo pripravljenostjo zaposlenih, da ustrezajo gostovim željam. S tem zadovoljijo njihove potrebe in prispevajo k zadovoljstvu gosta ter hkrati tudi lastnemu zadovoljstvu. Nato sem opisal operativne naloge, kot so priprava jajčnih jedi pred gostom, nudenje napitkov, deserviranje, čiščenje in ponovna priprava miz. Pri etičnih standardih sem se dotaknil postrežbe ljudi s posebnimi potrebami, ki so vedno bolj integrirani v našo družbo in posledično vse pogostejši gostje v naših gostinskih obratih. V zaključnem delu diplomskega dela sem analiziral stanje pred postavitvijo standardov in po njej ter ugotovil, da se je zadovoljstvo gostov nad zajtrkom dvignilo na višjo raven, da smo povečali nočitve iz obdobja pred postavitvijo standardov in da se je vzdušje v kolektivu precej izboljšalo,

saj si lahko prav vsak zaposleni prebere standarde, zato posledično vsi delamo enako in po standardih, ki smo jih skupaj določili.

Zagovor: 21. 4. 2016

Martin LUKAČ

MOTNJE HRANJENA S POUĐARKOM NA ORTOREKSIJI

MENTORICA: mag. MARINA VODOPIVEC

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: motnje hranjenja, anoreksija, bulimija, kompulzivno prenajedanje, ortoreksija, bigoreksija, pregoreksija.

IZVLEČEK

V diplomskem delu obravnavam problematiko motenj hranjenja s posebnim poudarkom na ortoreksiji. Opredeljujem njihove vzroke za pojavnost, posledice in njihovo zdravljenje. V prvem delu diplomskega dela se sprašujem po vzrokih, ki osebo pripeljejo do zlorabljanja hrane, iz katerih posega po neprimernih, kratkoročnih rešitvah. Med poglavitne dejavnike motenj hranjenja uvrščamo genetsko zasnovo posameznika, izkušnje primarnega okolja, vpliv družbe ter v določenem odstotku tudi izkušnjo zlorabe. Anoreksija, bulimija, kompulzivno prenajedanje, bigoreksija in ortoreksija puščajo resne posledice na človekovem telesnem, psihičnem, socialnem in duhovnem področju. Posebno pozornost sem posvetil raziskovanju ortoreksije, njenemu nastanku in vzdrževanju obolelega stanja. Zgodnje odkrivanje bolezni in preventivni pristopi so ključnega pomena za zdravje in nadaljnji razvoj posameznika.

V zadnjem delu diplomskega dela sem opravil intervju s Karin Sernec, dr. med., vodjo enote za motnje hranjenja na Psihiatrični kliniki Ljubljana, ki je ena od največjih strokovnjakinj in pionirk za zdravljenje motenj hranjenja pri nas.

Pripravil sem tudi zgibanko o ortoreksiji, v njej predstavil značilnosti le-te, kakšni so najpogostejši znaki in kje poiskati pomoč ob sumu na ortoreksijo ali druge oblike motenj hranjenja.

Zagovor: 21. 4. 2016

MAŠA MARČUN

**KOLEDARSKE ŠEGE IN NAVADE V RADOMLJAH V PRETEKLOSTI
IN SODOBNOSTI**

MENTORICA: doc. dr. LEA KUŽNIK

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: Radomlje, šega, navada, praznik

IZVLEČEK

Poudarek diplomskega dela je na šegah in navadah v sodobnosti in preteklosti v vasi Radomlje. Šege in navade izhajajo iz naše preteklosti ter se prenašajo iz roda v rod. Obstajajo v vseh kulturah in državah po svetu. Spremljajo posameznika skozi celotno življenje, od rojstva do smrti. V diplomskem delu so navedeni večji prazniki v koledarskem letu ter opisane šege in navade, značilne zanje. S pomočjo intervjujev so v nadaljevanju obrazložene specifične šege in navade. Opazimo lahko, da nekatere šege in navade skozi preteklost do sodobnosti izginjajo, se spreminjajo ali nastajajo nove.

Zagovor: 27.10.2016

Maruša MARN ERŽEN

DEDIŠČINA ČAROVNIŠTVA V TURISTIČNI PONUDBI SLOVENIJE

MENTORICA: doc. dr. LEA KUŽNIK

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: Slovenija, temačni turizem, temačne zgodbe, čarovništvo

IZVLEČEK

V diplomskem delu je predstavljena zgodovina čarovništva tako v tujini kot tudi na Slovenskem. Temačni turizem je zadnja desetletja v tujini močno v porastu, zato menim, da bi bila lahko tudi Slovenija temačna turistična destinacija, predvsem v smislu čarovništva in čarovnic. Slovenija ima zanimive temačne zgodbe, a niso dovolj raziskane. Predstavila sem čaravnice, čarovniške procese ter raziskala zgodbe, pripovedke in ustna izročila, ki bi jih lahko nadgradili. V sklopu temačnega turizma sem raziskala tudi slovenske kraje, ki že stoletja slovijo po čarovnicah, in ugotavljala, ali imajo dovolj potenciala, da jih vključimo v slovenski turizem. V diplomskem delu predstavim zasnovo temačnega turističnega produkta »Po poteh slovenskih copranc«.

Zagovor: 27. 10. 2016

Anže MARUCELJ

**SPREMLJANJE FIZIKALNIH IN KEMIJSKIH PARAMETROV MED IN
PO FERMENTACIJI TEMNEGA PIVA KULT316**

MENTORICA: MARIJA KOSTADINOV, univ. dipl. ing. živ. teh.

SOMENTORICA: VANJA BANKO, ing. živ.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: temno pivo, fermentacija, tehnološki postopek, oprema, domače pivo

IZVLEČEK

V diplomski nalogi so predstavljeni postopki in rezultati spremljanja fizikalnih in kemijskih parametrov med in po fermentaciji temnega piva KULT316. Slednje je bilo izdelano z napravo Speidel's Braumeister. Analize so bile opravljene v laboratoriju na Biotehniškem izobraževalnem centru Ljubljana. Spremljani so bili naslednji parametri: pH, vol. % alkohola, gostota in vsebnost sladkorja, merjena z refraktometrom in po Fehlingu. Izvedena je bila tudi senzorična analiza, ki je pokazala odlično oceno temnega piva KULT316.

Zagovor: 28. 9. 2016

Izabela MIKLAVČIČ GERM**ZDRAV KROŽNIK –PRIPOROČILA ZA ZDRAVO PREHRANJEVANJE****MENTORICA: MOJCA SMERAJEC, univ. dipl. inž. živ. teh.****Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA****Ključne besede:** zdrav krožnik, živila, zdrava prehrana, ozaveščanje, zdravje**IZVLEČEK**

V diplomskem delu je predstavljena vloga in pomen zdrave prehrane v vzgojno izobraževalnih ustanovah. V teh ustanovah se držijo zakonsko predpisanih smernic zdrave prehrane, iščejo pa bolj učinkovite načine izvajanja le-teh. Otrokom in učencem je predstavljen uravnotežen obrok z novejšo metodo zdravega krožnika. Zdrav krožnik je preprosta, enostavna oblika razporejanja jedi na krožniku. Polovica krožnika zavzema sadje in zelenjavo, četrtnina žita, četrtnina meso, mesni izdelki in mleko, mlečni izdelki. Vedno je zraven tekočina – kozarec vode ali mleka. Za otroke starostne skupine 5 do 6 let so bile v vrtcu izpeljane delavnice z različnimi didaktičnimi gradivi in elementi plesa. Otrokom je bil predstavljen pomen zdrave prehrane. Aktivno so bili vključeni s pripovedovanjem, plesom, plakati in z risanjem svojega zdravega krožnika. V osnovni šoli so učenci 6. razreda samostojno izdelali jedilnik in pripravili obrok iz razpoložljivih živil s pomočjo metode zdravega krožnika. Po končanih delavnicah so bili izvedeni še intervjuji z vzgojiteljico, pomočnico vzgojiteljice ter učiteljico in vodjo prehrane. V izvedenih delavnicah so videle izziv in se bo z njimi nadaljevalo, učilo in ozaveščalo otroke in učence.

Zagovor: 30. 6. 2016

Sara MLAKAR

VPLIV STARŠEV NA PREHRANO OTROK

MENTORICA: mag. MARINA VODOPIVEC

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: vloga staršev, šolski otrok, zdrava prehrana, družinske navade, prehranjevalne navade

IZVLEČEK

V diplomski nalogi so v teoretičnem delu zbrani podatke o prehrani otrok v različnih obdobjih življenja. Obravnavana tematika je osredotočena okrog prehrane dojenčka in matere v obdobju nosečnosti in dojenja, predšolskih in šolskih otrok. Raziskava je vključevala vprašanje, kaj vpliva na okus otrok, pa tudi kateri so individualni vplivi in vplivi okolja, povezani z okusom otrok. Omenjena je tudi izbirčnost otrok in vprašanje, kako jo zmanjšati. V empiričnem delu diplomske naloge so predstavljeni rezultati raziskave o prehranskih navadah otrok v nižjih razredih osnovne šole. Predstavljeni so podatki, pridobljeni z anketnim vprašalnikom, ki je bil namenjen staršem otrok nižjih razredov osnovne šole Muta. V raziskovalnem vzorcu je sodelovalo sto staršev otrok. V tem delu so bile z deskriptivno metodo empiričnega raziskovanja preverjene in ovrednotene hipoteze. Iz rezultatov anketnega vprašalnika je bilo razvidno, da se več kot polovica (57 %) družin, skupno prehranjuje dvakrat dnevno. Otroci največkrat pijejo sok oziroma vodo z okusom, v šoli pa najraje jedo sendviče, pice in podobno. Večina otrok je pri hrani izbirčna, ta lastnost pa največkrat ni povezana z izbirčnostjo staršev. Največ otrok ne mara živil, ki spadajo v skupino zelenjave. Veliko staršev za spodbudo pri jedi ne uporablja nagrade, največkrat uporabljena pohvala je zlata ptička. Prehranjevalne navade anketiranih družin so dobre.

Zagovor: 29. 2. 2016

Sanja MORETTI JOVIĆ

**SENZORIČNA ZAZNAVA OSNOVNIH OKUSOV PRI STAREJŠIH
LJUDEH**

MENTORICA: KATARINA SMOLE, univ. dipl. inž. živ. teh.

SOMENTORICA: MATEJA HRIBERŠEK BINTER, org. živ.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede : osnovni okusi, sensorika, vzorci, koncentracija, motnje okušanja

IZVLEČEK

Raziskovala sem zaznavo in prepoznavo petih osnovnih okusov (kislo, slano, sladko, grenko, umami) pri dveh različnih starostnih skupinah. Vajo iz sensorike oziroma prepoznavanja in zaznavanja osnovnih okusov sta opravljali skupina študentov ali mladostnikov na BIC Ljubljana in skupina starostnikov iz centra za starejše občane Črnuče. Obe skupini sta opravljali vajo pod enakimi pogoji in z enakimi vzorci petih osnovnih okusov. Vsak od preizkuševalcev je dobil 25 vzorcev raztopin različnih okusov in različnih stopenj koncentracij. Dobljene rezultate obeh sem obdelala in med seboj primerjala. V samem diplomskem delu je predstavljen pojem sensorike, njene metode, izvedba in uporaba. Predstavljeni so osnovni okusi, zaznavanje le teh in motnje okušanja. Rezultati analize preizkušanja so pokazali, da osnovne okuse veliko slabše prepoznavajo starejši v primerjavi z mladostniki. Tudi zaznava naraščajočih koncentracij osnovnih okusov je pri starostnikih slabša kot pri mlajših preizkuševalcih.

Zagovor: 14. 3. 2016

Klemen OCVIRK

IZDELAVA IN PRODAJA DOMAČEGA JABOLČNEGA KISA

MENTORICA: MARIJA KOSTADINOV, univ. dipl. ing. živ. teh.

SOMENTORICA: VANJA BANKO, ing. živ.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: kis, kislina, analize, zakonodaja

IZVLEČEK

Za diplomsko delo sem izbral izdelavo in prodajo domačega jabolčnega kisa z razlogom, ker je jabolčni kis eden verjetno najbolj poceni, a hkrati najbolj podcenjenih naravnih proizvodov. Vendar je veliko raziskav pokazalo, da lahko blagodejno vpliva na zdravje, ohranjanje narave in posledično na zmanjševanje uporabe kemikalij. V diplomski nalogi so opisani različni načini izdelave kisa. Izvedel sem fizikalne in kemijske analize (pH, kislinsko stopnjo, gostoto, suho snov) na dveh vrstah domačega kisa in industrijsko izdelanega kisa. Pri izdelavi diplomske naloge, sem pridobil dodatna znanja in spoznal različne načine izdelave jabolčnega kisa. Rezultati fizikalno kemijskih analiz so pokazali, da je domač kis po letu in pol, narejen v skladu z zakonodajo. Fizikalno kemijske analize sem naredil v Biotehniškem izobraževalnem centru v Ljubljani.

Zagovor: 20. 4. 2016

Klemen PELOZ

**POLŽEREJA V SLOVENIJI IN PROJEKTNÁ DOKUMENTACIJA ZA
POSTAVITEV POLŽJE FARME**

MENTORICA: MARIJA KOSTADINOV, univ. dipl. ing. živ. preh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: polži, kulinarika, polžja farma, dokumentacija

IZVLEČEK

Polži v kulinariki veljajo kot specialiteta, vendar če pogledamo zgodovino, ugotovimo, da so ljudje jedli polže že v preteklosti. Polže so v preteklosti gojili Rimljani in Grki, uporabljali pa so jih kot jed z zdravilnimi učinki. Meso polžev je visoke kvalitete in vsebuje snovi, ki jih človeško telo potrebuje. Polže lahko gojimo v zaprtem prostoru ali v naravnem habitatu. V kulinariki so veliko bolj cenjeni polži, ki so gojeni v naravnem habitatu in jedo le določeno hrano. Polže, rejene v zaprtem prostoru, pogosto redijo z umetno narejeno hrano. V diplomskem delu je predstavljena polžereja v Sloveniji, s poudarkom na naši največji polžji farmi Zupet&Genorio. Opisana je dokumentacija in stroški, ki so potrebni za odprtje farme.

Zagovor: 20. 4. 2016

Ana – Marija PERIŠIĆ

PONUDBA IZDELKOV BREZ LAKTOZE NA SLOVENSKEM TRGU

MENTORICA: MARIJA KOSTADINOV, univ. dipl. ing. živ. teh.

SOMENTORICA: mag. MARINA VODOPIVEC

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: mleko, fermentirani izdelki, laktoza, laktozna intoleranca

IZVLEČEK

Mlečni izdelki niso le okusni, temveč vsebujejo tudi pomembne vitamine in minerale. Med temi izstopa predvsem kalcij, ki ga potrebujemo za rast in razvoj kosti. Odrasli lahko več kot polovico dnevnih potreb po kalciju pokrijejo že z zaužitjem pol litra mleka na dan. Žal mlečni izdelki ne ustrezajo vsakomur. Približno 15 do 20 % ljudi ima t. i. laktozno intoleranco, ki pomeni preobčutljivost teh posameznikov pri uživanju takšnih živil. Vzrok za to je mlečni sladkor laktoza, ki je naravno prisoten v mlečnih izdelkih in lahko povzroča prebavne težave. Osebe z laktozno intoleranco ne proizvajajo dovolj laktoze oziroma encima, ki razgrajuje mlečni sladkor. V diplomskem delu je obravnavana ponudba mlečnih izdelkov brez laktoze na slovenskem trgu in primerjava cen mlečnih izdelkov, ki so vsebovali ali bili brez laktoze.

Zagovor: 27. 10. 2016

Maja PLESTENJAK

PROBLEM ZAVRŽENE HRANE V GOSTINSKIH OBRATIH

MENTORICA: mag. GORDANA VULIĆ

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: zavržena hrana, potrošniki, gostinstvo

IZVLEČEK

V diplomskem delu sem obravnavala problem zavrženih živil, ki zajema celotno prehransko verigo, od kmetijstva do potrošnika. V teoretičnih osnovah sem predstavila problem zavrženih živil v svetu in Sloveniji. V glavnem delu diplomske naloge sem predstavila rezultate ankete, ki sem jih poslala po številnih slovenskih restavracijah, in sicer na temo problema zavržene hrane v gostinskih obratih, s katero sem želela ugotoviti količino, vzroke in vrsto zavrženih živil. Tako sem iz rezultatov sodelujočih v anketi ugotovila, da v gostinskih obratih ne nastane veliko odpadne hrane; in še količino te bi z različnimi ukrepi lahko zmanjšali, saj je večina anketirancev odgovorila, da ne uporabljajo nobene od tehnik za obdelavo ostanka živil s ciljem njene ponovne uporabe.

Zagovor: 29. 6. 2016

Ana **PODOBNIK**

**PONUDBA SLAŠČIC BREZ LAKTOZE, GLUTENA, JAJC IN
ADITIVOV V CENTRU KULINARIKE IN TURIZMA KULT316**

MENTORICA: mag. **GORDANA VULIĆ**

Program: **GOSTINSTVO IN TURIZEM**

Ključne besede: alternativne sladice, alergija na hrano, intoleranca, energijska in hranilna vrednost

IZVLEČEK

V diplomskem delu sem obravnavala problematiko pomanjkanja ponudbe slaščic za ljudi, ki se srečujejo s prehranskimi težavami, ki se kažejo kot intolerance in alergije predvsem na laktozo, gluten, jajca in aditive. V teoretičnih osnovah so predstavljene sladice, surovine za sladice ter delitev sladice ter različne omejitve v zvezi s hrano (alergije in intolerance). Dandanes se vse več ljudi sooča z raznovrstnimi omejitvami, ljudi z alergijami in intolerancami je vse več, povpraševanja po prilagojenih sladica je veliko, izdelkov pa premalo. V ta namen sem pripravila izbor sladice, ki so enostavne za pripravo, iz dostopnih in cenovno ugodnih sestavin. V glavnem delu sem predstavila izbor desetih sladice, namenjenih za ponudbo v našem novem centru KULT316. Za vsako sladico so napisane sestavine in način priprave, dodan je opis sladice in lastna fotografija. Za vsako sladico je narejen izračun energijske in hranilne vrednosti (vsebnost beljakovin, maščob, ogljikovih hidratov, prehranskih vlaknin in holesterola) na 100 g kakor tudi na porcijo (kos).

Zagovor: 22. 4. 2016

Miha POTOČNIK

VZROKI ZA NASTANEK MOTENJ HRANJENJA

MENTORICA: mag. MARINA VODOPIVEC

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: motnje hranjenja, anoreksija, bulimija, kompulzivno prenajedanje, ortoreksija.

IZVLEČEK

V diplomski nalogi sem raziskal vzroke za nastanek motenj hranjenja. Znaki motenj hranjenja so bolezni, ki so značilne pri nepravilnih prehranjevalnih navadah, povezujejo se s hudim trpljenjem, obsesijo s hrano, zaskrbljenostjo zaradi telesne teže ali oblike, in vodijo do nevarnih prehranjevalnih vedenj. Prehranjevalne motnje lahko vključujejo nezadostno ali prekomerno uživanje hrane ter obsedenost z zdravo hrano, ki lahko na koncu poškoduje dobro počutje posameznika. Za naslov sem se odločil, ker so motnje hranjenja v današnjem času vse večja težava, ki se lahko razvije v kateremkoli življenjskem obdobju. Običajno se pojavijo v najstniških in mlajših odraslih letih, niso pa izključene niti v drugih starostnih obdobjih. Diplomaska naloga je sestavljena iz teoretičnega in empiričnega dela. V teoretičnem delu sem opisal dejavnike za nastanek; štiri vrste motenj hranjenja – anoreksijo nervozo, bulimijo nervozo, kompulzivno prenajedanje in ortoreksijo nervozo; spremembe skozi zgodovino; metode zdravljenja in informativne naslove, kam po pomoč. V empiričnem delu sem s pomočjo anketnega vprašalnika skušal ugotoviti, kateri dejavniki po mnenju anketirancev spodbujajo nastanek motenj ter kam bi se obrnili po pomoč. V anketo je bilo vključenih sto anketirancev. Rezultati kažejo, da oblike motenj prizadenejo tako žensko kot tudi moško populacijo. Motnje hranjenja so duševne motnje, ker vzrok za nastanek temelji na čustvenem področju. Ta bolezen lahko znatno vpliva na sposobnost telesa, da bi dobilo ustrezne prehranske snovi. Motnje hranjenja lahko poškodujejo srce, prebavni sistem, kosti, zobe in usta ter vodijo v druge bolezni. Zdravljenje predstavlja možnost za vrnitev na zdravo pot prehranjevalnih navad.

Zagovor: 14.12.2016

Petra PRELESNIK

PREHRANSKA DOPOLNILA IN PREPOVEDANE SUBSTANCE V HRANI IN PIJAČI

MENTORICA: mag. IRENA ŠTRUMBELJ DRUSANY

SOMENTORICA: mag. MARINA VODOPIVEC

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: prehranska dopolnila, hranilne snovi, prepovedane substance, fitness center, zakonodaja.

IZVLEČEK

V današnjem tempu življenja se vse več ljudi oziroma športnih rekreativcev odloča za prehranska dopolnila in prepovedane substance, saj z njimi hitreje pridejo do zelenih učinkov. V prvem delu diplomskega dela so opisana prehranska dopolnila v prehrani in pri telesnih aktivnostih, nujnost njihove uporabe v športu, škodljivost za telo in pogostost uporabe prehranskih dopolnil pri obiskovalcih v fitness centrih. V nadaljevanju so opredeljena prehranska dopolnila in prepovedane substance, ki so zelo in bistveno bolj kot prehranska dopolnila škodljiva, zastrupljajoča in uničujoča za telo. Za realnejši prikaz uporabe in nujnosti uživanja prehranskih dopolnil in prepovedanih substanc pri obiskovalcih v fitness centrih je bil najprej opravljen intervju s tremi trenerji fitnesa, ki so strokovnjaki s področja prehrane in načinov treninga. S sklepom analize je prikazan njihov vidik obravnavanega področja in v nadaljevanju mnenje samih obiskovalcev različnih fitness centrov. Podatki in ugotovitve so bili pridobljeni na podlagi opravljenih anket z obiskovalci fitness centrov v Mariboru in Ljubljani. V zaključku je bila opravljena analiza statistično obdelanih podatkov. Zanimivo je, da anketirani v fitness centrih največ uporabljajo prehranske ploščice in proteine – beljakovine, a kljub uporabi prehranskih dopolnil večina ne pozna njihovih stranskih učinkov. V zaključku so predstavljene ugotovitve in nevarnosti uporabe prehranskih dopolnil in prepovedanih substanc za zdravje in življenje posameznika. Predlagane so tudi rešitve, ki bi izboljšale stanje in razmišljanje posameznikov, ki so ali bi uporabljali tovrstne snovi.

Zagovor: 21. 4. 2016

Nika PREZELJ

ČOKOLADA OD SEMENA DO KONČNEGA IZDELKA

MENTOR: mag. Tjaša Vidrih

SOMENTOR: Marjeta Cevc, dipl. org. tur.

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: čokolada, kakavovo seme, Valrhona, Weiss, recepti

IZVLEČEK

Čokolada je surovina, narejena iz semen drevesa kakavovca – *latinsko Theobroma Cacao*, ki raste samo na območju 20° severno in 20° južno od Ekvatorja. Obstajajo 4 različne sorte kakavovca: Criollo, Trinitario, Forastero in Nacional. Osnovne sestavine čokolade so kakavov liker, ki je narejen iz kakavovih semen, kakavovo maslo, sladkor in pri mlečni čokoladi mleko. Postopek pridobivanja čokolade je sestavljen iz več manjših procesov, ki so ključni za značilen okus in teksturo čokolade, kot jo poznamo. Na svetovnem trgu prepoznavajo dve kategoriji kvalitete kakavovih semen: semena, ki se prodajajo na veliko – t. i. "bulk beans" in kvalitetnejša semena – t. i. "flavour beans". Različni proizvajalci imajo različno kvaliteto čokolade, kar sta pokazali senzorična analiza in primerjava petih sladic dveh večjih francoskih proizvajalcev čokolade, Valrhona in Weiss. Valrhonina čokolada se je izkazala za boljšo v kar treh primerih sladic. V enem primeru je bila boljša Weissova čokolada, v enem primeru pa med sladicama skoraj ni bilo razlik.

Zagovor: 12.12.2016

Tomaž PRIMC

KULINARIČNE MOJSTROVINE NA OBMOČJU ILIRSKE BISTRICE IN OKOLICE V PRETEKLOSTI IN SODOBNOSTI

MENTORICA: doc. dr. LEA KUŽNIK

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: kulinarika, vsakdanja hrana, praznična hrana, Ilirska Bistrica

IZVLEČEK

V diplomskem delu je predstavljena kulinarčna dediščina območja Ilirske Bistrice in okolice. Na kulinarčno podobo Ilirske Bistrice in okolice so vplivale sosednje gastronomske regije, kot sta Slovenska Istra in Kras, ki sodita v okvir mediteranske Slovenije. Brkini pa so nekakšna sinteza vseh značilnosti posameznih regij, kjer so nastale tudi številne lokalne različice posameznih jedi. Med jedmi prevladujejo polenta, krompir v različnih oblikah ter fižol, koleraba, zelje, repa in ohrovt, iz katerih se kuhajo enolončnice. Prav tako so značilne tudi testenine, jajčne omlete, gobje jedi, jota in mineštre. V Brkinih odlično uspevajo češplje, iz katerih v posebnih brkinskih kotlih kuhajo brkinsko slivovko. Žganjekuharji so svoj slivovec zaščitili z označbo geografskega porekla. Ovčjereja in kozjereja pa sta odličen pogoj za izdelavo sira in mlečnih izdelkov. Nekatere značilne jedi Ilirske Bistrice in okolice so se skozi čas spreminjale in nadgrajevale; nekatere se pri tem niso nič spremenile, druge pa so povsem izginile z jedilnikov. Zato je pomembno stare recepture ohranjati.

Zagovor: 21. 12. 2015

Alenka PUŠ

**ANIMACIJSKI PROGRAMI V HOTELU JAZ AQUAMARINE RESORT V
EGIPTU**

MENTORICA: doc. dr. LEA KUŽNIK

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: Jaz Aquamarine Resort, Egipt, animacija, animator, animacijski program

IZVLEČEK

Delo animatorja obsega veliko različnih aktivnosti. Pri tem so pomembni dobra organizacija dela, odlična komunikacija, vodenje skupin, dajanje natančnih navodil, aktiviranje turistov, dobra volja, poznavanje kulturnih posebnosti in dediščine kraja, v katerem animator dela. Zaželeno je, da se animator spozna na različne vrste športov (gimnastika, aerobika, zumba, odbojka, nogomet). Pomembni so tudi plesna nadarjenost, igralske sposobnosti ter poznavanje psihologije gostov. Animator mora imeti znanje vsaj enega tujega jezika ter se spoznati na kulturo in posebnosti držav, iz katerih prihajajo gostje. Animacija pomeni pomembno obogatitev hotelske turistične ponudbe.

Zagovor: 20. 5. 2016

Ana RAZPOTNIK

PONUDBA JEDI PRI ALERGIJAH V PREHRANSKIH OBRATIH

MENTORICA: mag. BARBARA GUNČAR

SOMENTORICA: mag. GORDANA VULIĆ

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: alergija, intoleranca, hrana, prehranski obrati

IZVLEČEK

V diplomskem delu obravnavam alergijo na hrano ter ponudbo, ki jo imajo alergiki na hrano v prehranskih obratih. Diplomsko delo je sestavljeno iz teoretičnega ter raziskovalnega dela. V teoretičnem delu predstavim intoleranco na hrano ter alergije. Pri obeh neljubih odzivih na hrano razčlenim ter opišem vrste. Pri alergiji predstavim različne teorije nastanka ter zdravljenja alergijskih reakcij. Predstavim tudi najnovejšo uredbo Evropske unije. Ta določuje zapis štirinajstih alergenov na vsak predpakiran ali nepakiran izdelek. Teoretični del zaključim s PEST analizo, skozi katero analiziram okolje slovenskega alergika. Pri političnem delu se osredotočim na študije ter raziskave o številu alergikov tako v Evropi kot v ZDA. Ekonomsko ter socialno kulturno okolje opisujeta podjetništvo in ekonomijo ter prilagajanje okolja alergikom. V tehniškem okolju opisujem IT tehnologijo, ki se lahko razvija v smeri koristi za alergike. V raziskovalnem delu sprva predstavim anketni vprašalnik. V anketi sem gostince povpraševala po izbiri, ki jo imajo za alergika ter po morebitnih težavah ki so jih imeli ob uvedbi nove uredbe. Na podlagi dobljenih rezultatov opravi analizam rezultatov, ki jih komentiram ter grafično prikažem. Oba dela, teoretično izhodišče ter rezultate raziskave združim v celoto z lastnim predlogom. Predlog o restavraciji, ki je prilagojena alergiku ter moje ideje zapišem v zadnjem poglavju. Vse skupaj opremim tudi z tabelami o prihodkih in odhodkih takšne restavracije. Glavne ugotovitve diplomskega dela povzamem v zaključku. Ugotovim, da kljub povečanemu številu alergikov, tu ne moremo govoriti o večini ljudi. Prav tako je težko oceniti, koliko je dovolj velika izbira jedi v restavraciji za alergika. Vsekakor je tu tudi težava, da je alergenih živil okoli 120.

Zagovor: 21. 4. 2016

Nina RUPNIK

IZDELAVA ČVRSTEGA JOGURTA NA KMETIJI RUPA

MENTORICA: MARIJA KONSTANDINOV, univ. dipl. inž. živ. teh.

SOMENTORICA: VANJA BANKO, inž. živil. in preh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: fermentiran mlečni izdelek, domači jogurt, kemijske analize, senzorično ocenjevanje.

IZVLEČEK

Čvrsti jogurt je fermentirani mlečni izdelek, ki nastane s pomočjo mlečnokislinskih bakterij. Je najbolj znan in priljubljen produkt fermentiranih mlečnih izdelkov. S svojimi lastnostmi in mikrobiološko sestavo blagodejno vpliva na prebavo. Za izdelavo jogurta mora biti mleko zelo kakovostno: od zdravih živali, s primerno kemijsko sestavo, biti mora mikrobiološko primerno in brez zaviralnih snovi. To potrdijo opravljene analize. Namen diplomske naloge je predstaviti izdelavo domačega jogurta. Rezultati kemijske analize zajemajo primerjanje različnih vrednosti pH v jogurtu, kislinsko stopnjo, suho snov in količino maščobe. Namen naloge je predstaviti senzorično ocenjevanje jogurtov in medsebojno primerjati domači in industrijsko izdelani jogurt.

Zagovor: 21. 12. 2015

Ivica SAZDOVSKI

HITRA HRANA – SESTAVNI DEL DANAŠNJEGA ŽIVLJENJSKEGA SLOGA

MENTORICA: MILENA SUWA STANOJEVIĆ, univ. dipl. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: hitra prehrana, obroki, ponudba, seznanjenost

IZVLEČEK

Vsak obrok, ki ga lahko zaužijemo v naglici, ne glede na to kje in kdaj, lahko poimenujemo hitroprehranski obrok ali hitra hrana. Hitra hrana je namreč vsa hitro pripravljena hrana, ki jo lahko najdemo pri ponudnikih hitre hrane, ali vnaprej pripravljena zamrznjena hrana, ki jo lahko kupimo v vseh predvsem večjih trgovinah. Hitro hrano so poznali tudi v starih časih, vendar ne s tem imenom. Če pogledamo v zgodovino, je moč opaziti, kako hitro se je tovrstna hrana spreminjala. Hitra hrana, kot jo poznamo danes, je največji zagon dobila v 50. in 60. letih 20. stoletja z razširitvijo najbolj znanih verig, kot je npr. McDonald's. V 90. letih 20. stoletja se tovrstne hitroprehranske verige pojavijo ter razširijo tudi pri nas. Tako lahko danes v Sloveniji od svetovno znanih ponudnikov hitre hrane najdemo McDonald's, Burger King in Subway, ki ponujajo raznoliko ponudbo tovrstne hrane. Za hitro hrano je znano, da vsebuje veliko nasičenih maščob, sladkorjev in soli ter premalo vlaknin, mineralov in vitaminov. Hitra hrana ima veliko energijsko vrednost ter majhno hranilno vrednost, kar je prikazano tudi v naši analizi študentskih obrokov treh različnih ponudnikov. S pomočjo analize smo dokazali, da je zaradi velikega vpliva trženja danes večina ljudi dobro seznanjena s hitro hrano, vendar ne tudi z njenim vplivom na zdravje. Ob pravilnem uživanju te hrane – z upoštevanjem načela zdrave prehrane – je namreč lahko tudi hitra hrana zdravju prijazen obrok.

Zagovor: 29. 6. 2016

Helena SKOPEC

NAČRT TRŽENJA ZA NOV GOSTINSKI OBJEKT »GOSTILNA PRI POLHU«

MENTORICA: JANJA BLATNIK

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: gostilna, analiza, raziskava, okolje, kupci, načrt trženja

IZVLEČEK

Za obravnavo teme diplomskega dela z naslovom Načrt trženja za nov gostinski objekt »Gostilna pri Polhu« sem se odločila, ker v Polhovem Gradcu, ki je turistično privlačno naselje, manjka gostiln, kjer bi se turisti, lokalni in okoliški prebivalci lahko okrepčali. Z diplomskim delom želim ugotoviti, kolikšna bi bila obiskanost gostilne in ali bi na podlagi tega lahko uspešno poslovala. Bistveni deli diplomskega dela so: analiza okolja, analiza potencialnih kupcev, raziskava s pomočjo anket in načrt trženja. Za odprtje nove Gostilne pri Polhu v Polhovem Gradcu, ki bi ponujala malice, kosila, tradicionalne jedi, ki so značilne za Polhov Gradec in okoliš, pice, sladice, torte, pekovsko pecivo in pijačo, je potrebno najprej analizirati okolje, v katerem bo delovala. To pomeni, da analiziramo širše okolje, kamor uvrščamo politično, gospodarsko, tehnološko, demografsko in kulturno okolje. Nato analiziramo ožje okolje kamor uvrščamo analizo kupcev in njihovega nakupnega vedenja ter porazdelitev kupcev v segmente. Nato analiziramo konkurenco in na koncu opravimo SWOT - analizo. Po opravljeni analizi širšega in ožjega okolja, v katerem bi gostilna delovala, ter SWOT - analizi, naredimo načrt raziskave. Ta zajema opis in potek, metode dela, statistično analizo in rezultate raziskave. Na podlagi rezultatov sestavimo načrt trženja. Ta zajema strateško načrtovanje, kamor uvrščamo poslanstvo, vizijo, temeljne vrednote in strateške usmeritve gostilne. Na podlagi SWOT - analize določimo ukrepe, ki izhajajo iz nje. Pri operativnem tržnem načrtovanju opredelimo izdelke in storitve, oblikujemo cenovno strategijo, prodajne poti, trženjsko komuniciranje, pospeševanje prodaje in določimo kader. Rezultati raziskave so pozitivni, saj turisti in prebivalci Polhovega Gradca menijo, da bi odprtje nove gostilne pozitivno vplivalo na potencialne stranke, saj gostiln na tem območju primanjkuje. Pri tem je seveda potrebno upoštevati vse dejavnike in vplive okolja in se jim prilagajati ter s pomočjo načrta trženja uspešno tržiti nov objekt na trgu.

Zagovor: 21. 12. 2015

Nina SPRUK

BEGUNSKA PROBLEMATIKA IN TURIZEM V SLOVENIJI

MENTORICA: doc. dr. LEA KUŽNIK

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: begunci, begunska problematika, turizem, Slovenija

IZVLEČEK

V diplomskem delu obravnavam temo begunske problematike in turizma v Sloveniji. Tovrstna problematika je v letu 2015 in skozi 2016 vplivala na celotno Evropo. O problematiki so poročali po vseh medijih po vsem svetu. Begunska problematika je vplivala na turizem v Sloveniji. V delu navajam, kako vpliva begunska problematika na turizem v Sloveniji. Problematika je kratkoročno negativno vplivala na podravsko in spodnjeposavsko regijo. V prvem polletju 2016 je problematika pozitivno pričela vplivati na spodnjeposavsko regijo in obalno-kraško regijo. Tema drugega anketnega vprašalnika je raziskava o vplivu begunske problematike na odločitve Slovencev o izbiri turistične destinacije. Večina anketirancev ni spreminjala načrtov za dopust zaradi omenjene problematike. Več kot polovica anketirancev ne bi dopustovala v neposredni bližini z begunci.

Zagovor: 21. 9. 2016

Aljaž SUHOREPEC**PROBIOTIČNI IZDELKI NA SLOVENSKEM TRGU****MENTORICA: MARIJA KOSTADINOV, univ. dipl. ing. živ. teh.****Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA****Ključne besede:** probiotiki, zdravje, mlečni izdelki, prehranska dopolnila**IZVLEČEK**

Po definiciji Svetovne zdravstvene organizacije iz leta 2001 so probiotiki živi mikroorganizmi, ki ob zaužitju v ustreznih količinah zagotavljajo pozitiven učinek na zdravje posameznika. Vsebujejo koristne bakterije, ki imajo ugoden učinek na zdravje gostitelja, ker v telesu uravnavajo črevesno mikrofloro. Znanstveno so potrdili pozitiven učinek pri driskah, povzročenih z antibiotiki in okužbami, ter potovalnih driskah, laktozni intoleranci, pri prekomernem razraščanju *Candide albicans* ter pri urejanju odvajanja blata. Probiotike lahko uživamo v probiotičnih jogurtih, kefirju, fermentiranem mleku. Na trgu se pojavljajo tudi v obliki prehranskih dopolnil, kot tablete, kapsule ali praški, kjer so probiotiki bolj koncentrirani, kot so v hrani. Z izvedbo spletne ankete sem raziskal poznanost in uporabo probiotikov na Slovenskem. Z analizo rezultatov sem podal sklep, da večina Slovencev pozna probiotike in njihovo blagodejno delovanje na telo.

Zagovor: 14.12.2016

Zlatko ŠPARAKL

TRENINGI STREŽNEGA OSEBJA V JGZ BRDO

MENTORICA: mag. TJAŠA VIDRIH

SOMENTORICA: MARJETA CEVC, dipl. org. tur.

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: gostinstvo in turizem, strežba, funkcionalno izobraževanje, usmerjeni treningi, nova strokovna znanja

IZVLEČEK

Avtor se v diplomskem delu po kratki splošni predstavitvi Javnega gospodarskega zavoda Protokolarne storitve Republike Slovenije (v nadaljevanju JGZ Brdo ali zavod), v katerem je že vrsto let zaposlen kot vodja strežbe, in predstavitvi strukture zaposlenih, posebej osredotoči na zgolj en oddelek – strežbo. Preko osvetlitve pomena gostinsko-turističnih kadrov za zavod skuša opozoriti na pomembnost njihovih strokovnih znanj ter na spodbujanje in podpiranje njihovega nadaljnjega izobraževanja, v zadnjem obdobju predvsem neformalnega. Neprestano (samo)izobraževanje je v današnjem času in v sodobni družbi nujno. Avtor predlaga lasten model strokovnega izpopolnjevanja zaposlenih v strežbi, in sicer v obliki usmerjenih treningov. Z njimi želi zaposlenim v strežbi omogočiti stik s sodobnimi trendi ter jim ponuditi bolj poglobljena, nova znanja o večinoma strokovnih gostinskih temah, predvsem v praktičnem smislu. Z modelom izobraževanja, ki ga testno izvaja v zadnjem letu, želi vzpostaviti bolj sistematično in predvsem kontinuirano pridobivanje novih oz. osveževanje že nekoč pridobljenih strokovnih znanj za boljši nastop natakarjev pred gosti, bolj uspešno prodajo storitev in posledično boljši poslovni izid zavoda. Rezultati so pozitivni, prav tako odzivi zaposlenih.

Zagovor: 20. 4. 2016

Polona ŠTEPEC

VPLIV PREHRANE NA ZDRAVJE ZOB IN USTNE VOTLINE

MENTORICA: MILENA SUWA STANOJEVIĆ, univ. dipl. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: ustna votlina, zdravje zob, konsistenca zaužitih živil, bolezni zobovja

IZVLEČEK

Diplomsko delo je sestavljeno iz dveh delov. V prvem, teoretičnem delu, so navedbe domačih in tujih avtorjev, kjer je predstavljena teorija o ustni votlini, vplivu konsistence zaužitih jedi, priporočljiva prehrana za zdravje zob ter vpliv prehranjevanja na ustne bolezni in bolezni zobovja. V drugem, raziskovalnem delu naloge, pa je predstavljen intervju z zobozdravnico, opis izvedbe izobraževanja na temo »zdravja zob in ustne votline« in analiza vprašalnika 158-tih otrok starih med 6 in 10 let. Glede na odgovore otrok je bilo ugotovljeno, da otroci v veliki večini pijejo vodo. Dnevno zaužijejo 3 ali 4 obroke, o zdravi prehrani in čiščenju zob se največ naučijo v šoli, radi pa imajo suho in sveže sadje ter zelenjavo. Še raje pa imajo sladkarije, katerih ne bi zamenjali za zdravo sadje in zelenjavo.

Zagovor: 30. 06. 2016

Blaž ŠVIGELJ

**PROCES NAČRTOVANJA VSEBINE ŠTUDENTSKE SPLETNE
STRANI VIŠJE STROKOVNE ŠOLE BIOTEHNIŠKEGA
IZOBRAŽEVALNEGA CENTRA LJUBLJANA**

MENTOR: mag. DEJAN CVITKOVIČ

SOMENTORICA: mag. GORDANA VULIĆ

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: informacijsko-komunikacijska tehnologija, izobraževalni proces, študentje, spletne vsebine, zadovoljstvo s študijem, učenje, motivacija

IZVLEČEK

V diplomskem delu obravnavam integracijo informacijsko-komunikacijske tehnologije v izobraževalni proces, tako v širšem, teoretičnem smislu, kot tudi konkretno v okviru Višje strokovne šole Biotehniškega izobraževalnega centra Ljubljana. Omenjeno področje sem izbral zaradi potrebe po vključevanju novih spletnih vsebin v študijski proces obeh višješolskih strokovnih programov, predstavljenih v obliki spletne strani ali spletnega zavijka, namenjenega izključno študentom. Te vsebine so oblikovane kot študijska in komunikacijska orodja z namenom izboljšati sam študij in povečati zadovoljstvo študentov z izobraževalnim procesom na Višji strokovni šoli Biotehniškega izobraževalnega centra Ljubljana. Obenem rezultati, izhajajoči iz tega diplomskega dela, služijo kot usmeritev za nadaljevanje procesa ustvarjanja in vzpostavljanja (implementiranja) omenjenih vsebin.

Zagovor: 29.6.2016

Maja TODORVIĆ

SLOVENIJA – NOVA DESTINACIJA TEMAČNEGA TURIZMA

MENTORICA: dr. LEA KUŽNIK

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: Slovenija, turizem, temačni turizem, temačne zgodbe

IZVLEČEK

Turizem je ena izmed najbolj rastočih panog v gospodarstvu. Da bi sledili svetovnim trendom, je treba slovensko turistično ponudbo nenehno izpopolnjevati in ji dodajati nove alternativne oblike. Ena izmed novih vrst turizma je črni ali temačni turizem. Pri tem gre za obiskovanje krajev, ki so povezani s smrtjo, trpljenjem, grozotami, tragedijami, umori in nesrečami, kar vzbuja zanimanje pri velikem številu turistov. Diplomsko delo obravnava temačni turizem v slovenskem prostoru. Raziskava na tem področju prispeva k razvoju slovenske turistične ponudbe in razvoju posebne oblike turizma. Raziskava je pokazala, da je del slovenskega prebivalstva seznanjen s temačnim turizmom in da obstajajo pogoji za razvoj temačnega turističnega produkta na osnovi temačne kulturne dediščine. Na podlagi mnenja udeležencev raziskave in njihovih podanih predlogov je bilo sestavljen načrt tridnevnega potovanja po Sloveniji z naslovom »Po temačnih poteh slovenske preteklosti«.

Zagovor: 12.12.2016

Klemen TUŠEK**PREHRANSKE NAVADE 3-4 LETA STARIH OTROK V VIŠKIH VRTCIH****MENTORICA: mag. GORDANA VULIĆ univ. dipl. inž. živ. tehnol.****SOMENTORICA: PETRA OSTERMAN univ. dipl. inž. živ. tehnol.****Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA**

Ključne besede: prehranske navade 3-4 leta starih otrok, razdeljevanje hrane v vrtcu, ostanki hrane, priljubljenost hrane med otroki

IZVLEČEK

V diplomski nalogi sem preučeval prehranske navade otrok od 3. do 4. leta starosti. V teoretičnih osnovah sem preučeval zdravo prehrano otrok, smernice za zdravo prehranjevanje, pomembna živila v otroški prehrani in prehranjevalna priporočila. Raziskoval sem, katera hrana je otrokom v Viških vrtcih starosti od 3 do 4 let bolj všeč, katere več pojedjo. Ugotavljal sem tudi, ali lahko z večkratnim razdeljevanjem manjše količine hrane zmanjšamo količino nastalih ostankov. Podatki kažejo, da so med najbolj priljubljenimi zajtrki mlečne jedi. Za kosilo je bilo najbolj priljubljeno piščančje in mleto mešano meso. Večjih razlik pri prilogah ni bilo. Čeprav je bil riž najbolj priljubljen, se je največ pojedlo testenin. Rdeča pesa v solati je daleč najbolj priljubljena solata. Ugotovil sem tudi, da smo s spremembo razdeljevanja hrane pri zajtrku zmanjšali količino ostankov pri mlečnem zajtrku (za 2 %), pekovskem pecivu (za 10 %), kruhu z namazom (za 29 %). S spremembo razdeljevanja hrane pri kosilu pa smo zmanjšali količino ostankov pri prilogah (za 3 %) in pecivu (za 4 %).

Zagovor: 8.7.2016

Alexeja URBANČIČ

KOMUNIKACIJA V GOSTINSKI DEJAVNOSTI

MENTORICA: mag. MARINA VODOPIVEC, univ. dipl. psih.

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: komunikacija, težave v komunikaciji, medosebni odnosi, gostinska dejavnost

IZVLEČEK

Komunikacija je najpomembnejši dejavnik v našem življenju. Prav tako pa je pomembna tudi v vseh podjetjih, da so naloge in cilji izvršeni. Pomaga nam pri medosebnih odnosih in sporočanju informacij. Komunikacija v gostinski dejavnosti dostikrat predstavlja problem, zato sem se odločila, da bo moja raziskava potekala prav v tej smeri. Raziskavo sem naredila v podjetju Sofina, d. o. o., ki ima v lasti M hotel Ljubljana. Vključeni so bili zaposleni v tem podjetju na področju strežbe.

Predvsem me je zanimalo, kakšno komunikacijo imajo natakarji raje in katere se največkrat poslužujejo. Poskušala sem ugotoviti, kje v njihovi komunikaciji nastane težava. Prav tako sem se dotaknila medosebnih odnosov in nekaterih zunanjih dejavnikov.

Zagovor: 30. 8. 2016

Žiga VESEL

S HRANO PROTI KANDIDI

Mentorica: MILENA SUWA STANOJEVIĆ, univ. dipl. inž. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: kandida, kvasovka, mikroflora, kandidaza, patogena gliva

IZVLEČEK

V zadnjem desetletju je postala kandidiaza zelo razširjen diagnosticiran problem v povezavi s kvasovkami v človeškem telesu. Kandida je v našem telesu naravno prisotna kvasovka v mikroflori prebavil, ki se lahko pod določenimi pogoji spremeni v patogeno glivo, takrat začne ljudem povzročati različne težave, kot so prebavne motnje, napihnjenost, utrujenost in težave s kožo. Potencialni kandidati za razrast kandidate v njihovem telesu so ljudje, ki so veliko pod stresom, imajo oslabiljen imunski sistem, uživajo prevelike količine sladkorjev, ogljikovih hidratov ter alkohola. Kandidiaza je zelo razširjen problem v današnjem času. Posamezniki s tovrstnimi težavami se običajno ne zavedajo, da je vzrok za njihove težave kandida. Soočajo se s problemom zdravljenja, ki je dolgotrajen in zahteva visoko mero potrpežljivosti, pravo dieto in vnos pravilno izbranih probiotikov, da ponovno vzpostavijo zdravo črevesno floro.

Zagovor: 30.6.2016

Maja VIDMAR

VPLIV PREHRANJEVANJA NA KOŽO, LASE IN NOHTE

MENTORICA: MILENA SUWA STANOJEVIĆ, univ. dipl. živ. teh.

PROGRAM: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: uravnotežena prehrana, koža, lasje, nohti.

IZVLEČEK

V diplomskem delu je predstavljena povezava med prehrano in videzom kože, las in nohtov. Za vsako hranilno snov je opisano, kako vpliva na videz kože, las in nohtov. Zdrava prehrana je širok in kompleksen pojem. Za splošno zdravje in za zdrav videz kože, las in nohtov moramo uživati uravnoteženo prehrano, s čimer telo negujemo tudi od znotraj, ne samo od zunaj s kozmetičnimi pripravki. Uravnoteženo prehrano dosežemo z uživanjem vseh petih makrohranil, to so ogljikovi hidrati, beljakovine, maščobe, vitamini in minerali. Poleg tega moramo v telo dnevno vnesti ustrezno količino vode. Kljub temu, da vode ne prištevamo med živila, je ključnega pomena pri ohranjanju zdravja ter sijoče in napete kože. S prehrano ne bomo pozdravili aken ali drugih težav kože, las in nohtov, bomo pa pripomogli, da se bo kolagen v telesu hitreje obnavljal, rane se bodo hitreje celile, lasje in nohti bodo postali močnejši in trdnjši ter se bodo manj ali pa se sploh ne bodo cepili.

Zagovor: 14.12.2016

Nihad VUNIĆ

DIETNA PREHRANA PRI BOLEZNIH SRCA IN OŽILJA

MENTORICA: MILENA SUWA STANOJEVIĆ univ. dipl. inž. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: krvni tlak, krvna slika, življenjski slog, zdrava in varovalna prehrana

IZVLEČEK

V diplomski nalogi prikazujem vpliv klasične in dietne prehrane ter življenjskega sloga na rezultate krvnih izvidov in krvnega tlaka. Prav tako sem poiskal živila z manjšo vrednostjo maščob in nizkim glikemičnim indeksom ter živila, ki vsebujejo holesterol. Osrednja problema sodobne medicine sta povišana pritisk in holesterol v krvi, ki sta glavna dejavnika za nastanek srčno-žilnih obolenj. Za vedno bolj pogosto obolenje s hipertenzijo in aterosklerozo sta v večini primerov kriva življenjski slog in način prehranjevanja. Ljudje imamo vedno manj časa za aktiven življenjski slog, saj živimo v pomanjkanju le-tega, zato se ne posvečamo dovolj fizični aktivnosti in skrbi za pravilno prehranjevanje. Vedno pogosteje posegamo po hitri prehrani in po jedeh, ki so industrijsko pripravljene. Obstajajo pa tudi posamezniki, ki so ozaveščeni o prehranskih navadah in življenjskem slogu, vendar so družinsko oziroma gensko obremenjeni. Zato sem izvedel anketo, s katero sem pridobil informacije o načinu in sestavi prehranskih navad posameznikov, njihovem življenjskem slogu in ozaveščenosti o možnih posledicah njihovega ravnanja. Anketo sem posredoval znancem in prijateljem po elektronski pošti, prav tako sem jo delil na družbenem omrežju. Anketa je pokazala, da je ozaveščenost posameznikov glede načina prehranjevanja in aktivnega življenjskega sloga zelo slaba, prav tako je slaba ozaveščenost o možnih dednih boleznih. Zato vsem, ki so družinsko obremenjeni ali imajo že diagnosticiran visok krvni tlak in povišan holesterol, priporočam jedi z nizko vsebnostjo maščob, soli in holesterola.

Zagovor: 5. 7. 2016

Alenka ZAGORC

ZADOVOLJSTVO IN MOTIVIRANJE ZAPOSLENIH

MENTORICA: mag. MARINA VODOPIVEC

Program: GOSTINSTVO IN TURIZEM

Ključne besede: Motivacija, motivatorji, zadovoljstvo, delo, zaposleni

IZVLEČEK

Od zadovoljstva in motiviranosti zaposlenih je odvisno kakšne rezultate bo enota dosegla in kako bo vsak posameznik sodeloval pri izvajanju svojega dela. Bistvo raziskave je ugotoviti kaj zaposlene motivira in kaj na njih deluje demotivacijsko. Ker se kot vodja zavedam, da je vsak posameznik pomemben, je potrebno poznati čim več načinov, kako doseči najvišje možno zadovoljstvo in motivacijo. Iz raziskave je predvsem razvidno, kako se zaposleni počutijo in kakšen odnos imajo do dela. Stopnja motiviranosti je odraz tega, kako zaposleni razumejo zastavljeni cilj in vizijo delovne organizacije. S pomočjo analize ankete je mogoče razbrati, se vidi kako zaposleni vidijo zastavljene cilje in kje je potrebno dodatno spodbuditi njihovo željo po napredku in novemu znanju. S tem pa pridobi tudi delovna organizacija zadovoljne zaposlene, ki sledijo viziji in dosegajo maksimalne rezultate.

Zagovor: 30. 6. 2016

Sandra ŽUŽEK

ODNOS MATER DO INDUSTRIJSKO PRIPRAVLJENE OTROŠKE HRANE

MENTORICA: mag. MARINA VODOPIVEC

SOMENTORICA: MARIJA KONSTANDINOV, univ. dipl. ing. živ. teh.

Program: ŽIVILSTVO IN PREHRANA

Ključne besede: prehrana, otrok, industrijsko pripravljena hrana

IZVLEČEK

Prehrana otroka se prične že v nosečnosti s prehranjevanjem mame, nadaljuje z dojenjem in na koncu s samim prehranjevanjem dojenčka oz. otroka. Prehrana med nosečnostjo je pomembna tako za mamo, kot za zarodek, saj s pravilnim vnosom živili in hranil pripomoremo k njegovemu pravilnemu razvoju. Prehranjevanje je učni proces in je iz psihološkega vidika pomemben za razvoj otroka in njegovo samostojnost. V današnjem času se pojavlja veliko trendov, ki so povezani s prehranjevanjem. Naloga obravnava odnos mater starejše in mlajše generacije do industrijsko pripravljene otroške hrane. V nalogi ugotavljamo, da vse matere poznajo uravnoteženo prehrano in da ta trend vpliva tako na njihov način prehranjevanja otrok, kot tudi na njihovo mnenje glede samega prehranjevanja. Nekatere matere tudi priznavajo, da nimajo zdravih prehranjevalnih navad. Čeprav se zavedajo, da industrijsko pripravljena otroška hrana ni pravi izbor obroka za otroka, se je še vedno poslužujejo. Razlog za njeno uporabo je pomanjkanje časa in hiter tempo življenja. Najbolj pogosto uporabljena industrijsko pripravljena hrana je humano mleko, kar je posledica pomanjkanja mleka med nosečnostjo.

Zagovor: 30. 9. 2016