



Datum	Ämne	Hur	Litteratur: kapitel
Vecka 4 20/1 - 25/1	Upprop online: 20 januari 12:00, (spelas in) Kursinformation (schema, Canvas platform) Inläsning Matsmältningssystemet Föreläsning 1: Matsmältningssystemet Instuderingsfrågor 1: Matsmältning	ZOOM , länk kommer att skickas med e-post Understanding Nutrition (bok) Inspelad föreläsning Inlämning senast 9/02 söndag	UN: 3 (+1)
Vecka 5 27/1 – 31/1	Inläsning Proteiner Föreläsning 2: Proteiner Instuderingsfrågor 2: Proteiner Diskussionsfrågor 1: Proteiner (OBL)	Understanding Nutrition (bok) Inspelad föreläsning Inlämning senast 16/02 söndag Inlämning senast 16/02 söndag	UN: 6 och NNR 122–124 + artiklar
Vecka 6 3/2 - 7/2	Eget arbete		
Vecka 7 10/2 - 14/2	Inläsning Kolhydrater Föreläsning 3: Kolhydrater Instuderingsfrågor 3: Kolhydrater Diskussionsfrågor 2: Kolhydrater (OBL)	Understanding Nutrition (bok) Inspelad föreläsning Inlämning senast 02/03 söndag Inlämning senast 02/03 söndag	UN: 4 och NNR 117–121 + artiklar
Vecka 8 17/2 - 21/2	Eget arbete		



Vecka 9 24/2 - 28/2	Inläsning Fetter Föreläsning 4: Fetter Instuderingsfrågor 4: Fetter Diskussionsfrågor 3: Fetter (OBL)	Understanding Nutrition (bok) Inspelad föreläsning Inlämning senast 16/03 söndag Inlämning senast 16/03 söndag	UN: 5 och NNR 114-116 + artiklar
Vecka 10 3/3-7/3	Eget arbete		
Vecka 11 10/3-14/3	Inläsning Energi-metabolism Föreläsning 5: Energi-metabolism Instuderingsfrågor 5: Energi-metabolism Diskussionsfrågor 4: Energi-metabolism (OBL)	Understanding Nutrition (bok) Inspelad föreläsning Inlämning senast 30/03 söndag Inlämning senast 30/03 söndag	UN: 7 och NNR 111-113 + artiklar
Vecka 12 17/3 - 21/3	Eget arbete		
Vecka 13 24/3 - 28/3	Inläsning Näringsrekommendationer Föreläsning 6: Näringsrekommendationer Instuderingsfrågor 6: Näringsrekommendationer	NNR 2023 Inspelad föreläsning Inlämning senast 13/04 söndag	NNR 2023



**Karolinska
Institutet**

Preliminär Schema
Grundläggande Näringsfysiologi 7,5 hp
20 januari – 8 juni 2025

Vecka 14 31/3 - 4/4	Inläsning vitaminer Föreläsning 7: Vitaminer Instuderingsfrågor 7: Vitaminer Diskussionsfrågor 5: Vitaminer (OBL)	Understanding Nutrition (bok) Inspelad föreläsning Inlämning senast 20/04 söndag Inlämning senast 20/04 söndag	UN: 10, 11 + artiklar
Vecka 15 7/4 - 11/4	Eget arbete		
Vecka 16 14/4 - 18/4	Eget arbete		
Vecka 17 21/4 - 25/4	Inläsning mineraler Föreläsning 8: Mineraler Instuderingsfrågor 8: Mineraler Diskussionsfrågor 6: Ekologiskt Mat (OBL)	Understanding Nutrition (bok) Inspelad föreläsning Inlämning senast 11/05 söndag Inlämning senast 11/05 söndag	UN: 12, 13 + artiklar
Vecka 18 28/4 - 2/5	Eget arbete		
Vecka 19 5/5 - 9/5	Eget arbete		



Vecka 20 12/5 - 16/5	Övningsquiz och övningstenta Eget arbete (tentamen förberedelse)	Canvas Lärplattform: Quizzes	
Vecka 21 19/5 - 23/5	Eget arbete (tentamen förberedelse)		
Vecka 22 26/5 - 30/5	Eget arbete (tentamen förberedelse)		
Vecka 23	Examination	Torsdag 5e juni 13:00 – 16:00 Plats: Flemingsberg (mer information vid uppropet)	

Alla föreläsningar är förinspelade, inga live föreläsningar

OBL = Obligatoriska grupp-inlämningar av **Diskussionsdokument** (6)

Icke-obligatoriska individuella inlämningar av **Instuderingsfrågor** (8) (svarförslag laddas upp efter varje deadline)

Examination:

Kursen examineras i form av diskussionsuppgifter (6 grupp-inlämningar, U/G) och en skriftlig tentamen den 5e juni 2025 (U/G/VG)

1. **UN: Understanding Nutrition** (Rolfes and Whitney): 16th, 15th, 14th, eller 13th edition: ISBN-13: 978-1285874340

Notera att även äldre upplagor av Understanding Nutrition kan vara relevanta för kursen.

2. **NNR: Nordic Nutrition Recommendations 2023** (2 gratis PDF, svensk sammanfattning och den kompletta engelska version)



**Karolinska
Institutet**

Preliminär Schema
Grundläggande Näringsfysiologi 7,5 hp
20 januari – 8 juni 2025

Rekommenderad litteratur

Näringslära för Högskolan (Berg, Ellegård, Larsson). Sjunde upplagan: Stockholm: Liber, [2021]: ISBN:9789147131075

Kursansvarig:

Eric Poortvliet, Dept för Biovetenskaper, NEO, Karolinska Institutet
E-post: eric.poortvliet@ki.se och via lärplattformen Canvas under kursen

Kursadministratör: Sara Bruce
E-post: sara.bruce.1@ki.se (frågor om (tidigt) avbrott, uppehåll osv.)