

Temat: Pokarm – budulec i źródło energii.

Nasze pożywienie zawiera składniki odżywcze niezbędne do prawidłowego funkcjonowania organizmu.



2.ROLA SKŁADNIKÓW POKARMOWYCH

Składniki pokarmowe



Każdy z nich ma ważne znaczenie dla organizmu człowieka

ZADANIA:

1. Podaj 2 produkty będące źródłem białka pochodzenia zwierzęcego (pełnowartościowego)

.....

2. Podaj 2 przykłady produktów będących źródłem białka pochodzenia roślinnego.

.....

3. Podaj 2 produkty będące źródłem tłuszczu roślinnego.

.....

4. Podaj 2 produkty będące źródłem tłuszczu zwierzęcego.

.....

5. Produkty na ilustracji to źródło tłuszczów, białek czy cukrów?



.....