



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

KÓD MATERIÁLU: VY_32_INOVACE_09_16

TÉMATICKÁ OBLAST: Potraviny

TÉMA: Maso – význam, druhy masa

DATUM: 30. 1. 2014

AUTOR: Mgr. Věra Urbanová

ŠKOLA: Odborné učiliště a Praktická škola Nový Jičín, příspěvková organizace

OBOR VZDĚLÁNÍ: Praktická škola dvouletá

ANOTACE: Určeno pro žáky s více vadami. Žáci se naučí jaký je význam masa pro výživu člověka. Rozliší základní druhy masa.

ZDROJE: Mgr. Čermáková L. a Mgr. Vybíralová I., Kuchařské práce. Technologie 2. díl, Parta

s.r.o., Praha 2002

Všechny obrázky jsou součástí klipartů MS OFFICE, pro MS OFFICE poskytl

MIKROSOFT

MASO

MASO JE **SVALOVÁ TKÁŇ**, SKLÁDÁ SE **ZE SVALOVÝCH VLÁKEN**.

VÝZNAM MASA

- MASO SYTÍ ORGANISMUS
- STRAVITELNOST MASA JE RŮZNÁ, ZÁVISÍ NA DRUHU A ČÁSTI MASA
- MASO MÁ ENERGETICKOU A BIOLOGICKOU HODNOTU
- MASO TUČNĚJŠÍ, JE NEZDRAVÉ A HŮŘE STRAVITELNÉ
- MASO LIBOVĚJŠÍ, JE ZDRAVÉ, LÉPE STRAVITELNÉ
- MASO OBSAHUJE ŽIVINY – BÍLKOVINY, TUKY, SACHARIDY, VITAMÍNY, MINERÁLNÍ LÁTKY, VODU

MASO OBSAHUJE I LÁTKY ŠKODLIVÉ A NEZDRAVÉ.

ŠKODLIVÉ LÁTKY SE DO MASA DOSTANOU:

- STRAVOU
- VĚKEM
- NEMOCEMI
- LÉKY
- STRESEM PŘI ZABITÍ

PŘÍLIŠ ČASTÁ A VELKÁ KONZUMACE MASA S VELKÝM OBSAHEM TUKU A ŠKODLIVÝCH LÁTEK ZPŮSOBÍ, ŽE ČLOVĚK BÝVÁ NERVÓZNÍ, ÚZKOSTNÝ A PODRÁŽDĚNÝ.

DRUHY MASA

DNES JE JIŽ ŠIROKÁ NABÍDKA RŮZNÝCH DRUHŮ MASA.

MÉNĚ ZDRAVÉ DRUHY MASA

HOVĚZÍ MASO – OBSAHUJE VÍCE ŠKODLIVÝCH LÁTEK

VEPŘOVÉ MASO – OBSAHUJE HODNĚ TUKU

ZDRAVÉ DRUHY MASA

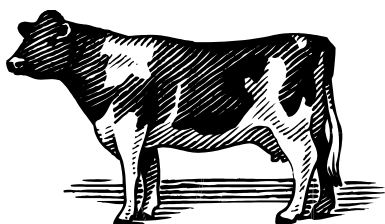
DRŮBEŽÍ MASO

RYBÍ MASO

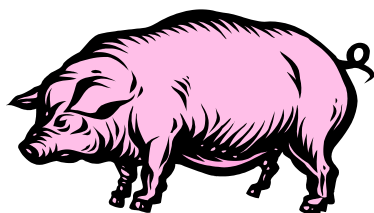
TELECÍ MASO

SKOPOVÉ MASO

PŘEHLED JEDNOTLIVÝCH DRUHŮ MASA



HOVĚZÍ MASO JE MASO Z KRAV A BÝKŮ



VEPŘOVÉ MASO JE MASO Z VEPŘŮ



TELECÍ MASO JE MASO TELAT



SKOPOVÉ MASO JE MASO Z OVCÍ A BERANŮ

PŘEHLED JEDNOTLIVÝCH DRUHŮ MASA



**DRŮBEŽÍ MASO JE MASO Z DRŮBEŽE – KUŘE,
SLEPICE, KOHOUT AJ.**



**RYBÍ MASO JE MASO Z RYB MOŘSKÝCH A
SLADKOVODNÍCH.**

PROHLUBOVÁNÍ UČIVA

ÚKOL: DOPLŇ SPRÁVNOU ODPOVĚĎ

1. MASO JE SVALOVÁ _____

2. MASO SE SKLÁDÁ ZE SVALOVÝCH _____

3. OBSAHUJE MASO I ŠKODLIVÉ LÁTKY? ANO NE

ÚKOL: NA OBRÁZKU JSOU ZVÍŘATA, NAPIŠ NÁZEV ZVÍŘETE A DRUH MASA, KTERÉ ZE ZVÍŘETE ZÍSKÁME.

