



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

KÓD MATERIÁLU: VY_52_INOVACE_10_1

TÉMATICKÁ OBLAST: POŽIVATINY

TÉMA: BÍLKOVINY

DATUM:27.11.2012

AUTOR: Mgr. ANNA MACÍČKOVÁ

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

OBOR VZDĚLÁNÍ: STRAVOVACÍ A UBYTOVACÍ SLUŽBY

ANOTACE: Materiál je určen k výuce odborných předmětů . Žáci se seznámí s významem, hodnotou, druhy bílkovin.

ZDROJE:

Obrázky:

1,2- klipart MS Word 2010,poskytl pro Microsoft office:Fotolia

3,4- klipart MS Word 2010

5- klipart MS Word 2010,poskytl pro Microsoft office:Fotolia

6,7,8,9,10,11- klipart MS Word 2010

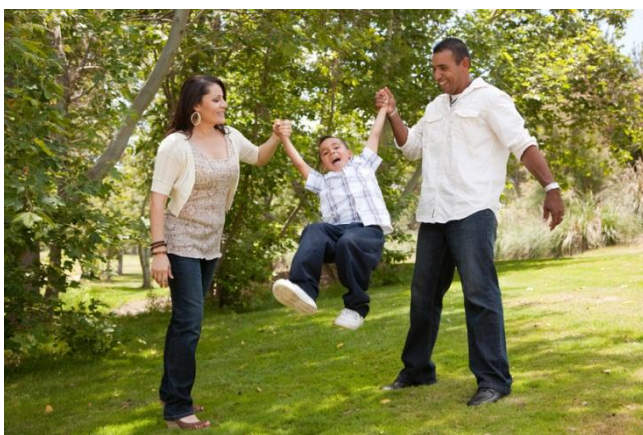
BÍLKOVINY

ZAŘAZENÍ:

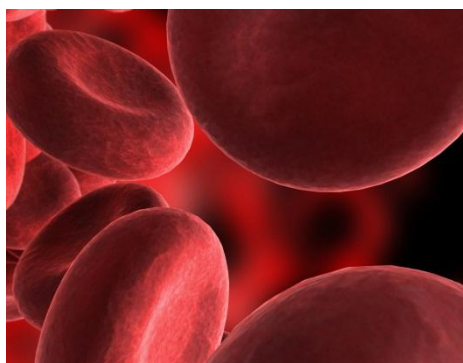
ŽIVINA

VÝZNAM:

- ◆ jsou důležité pro růst
- ◆ pro život - tvoří se nové buňky



1

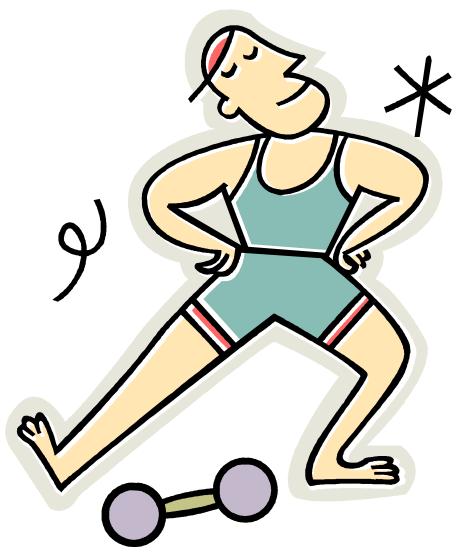


2

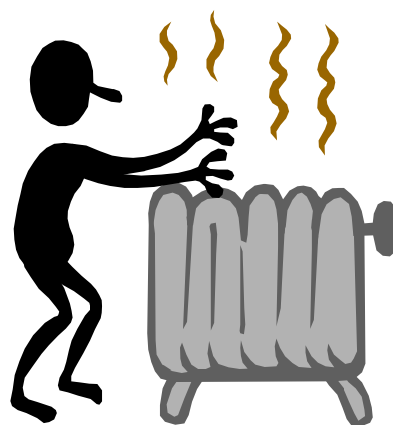
HODNOTA
BÍLKOVIN:

ENERGETICKÁ

◆ jsou zdrojem energie, síly a tepla



3



4

BIOLOGICKÁ

◆ chrání proti nemocem – na správný růst



5

ZDROJ :

- bílkoviny jsou v potravinách
rostlinného i živočišného původu

1. ŽIVOČIŠNÉ - plnohodnotné

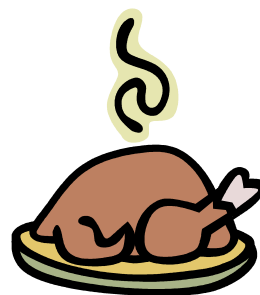
- vejce, mléčné výrobky, maso



6



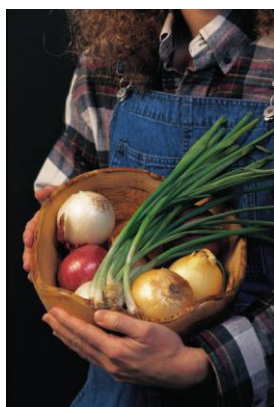
7



8

2. ROSTLINNÉ - neplnohodnotné

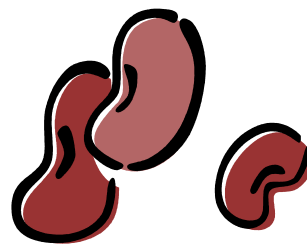
- zelenina, obiloviny, luštěniny



9



10



11

Otázky pro upevnění učiva

1. Bílkoviny zařazujeme mezi:

- a) vitamíny
- b) živiny
- c) potraviny

2. Bílkoviny mají původ:

- a) rostlinný i živočišný
- b) jen rostlinný
- c) jen živočišný

3. Bílkoviny mají hodnotu:

- a) rostlinnou a živočišnou
- b) energetickou a biologickou
- c) biologickou

4. Zdrojem bílkovin jsou potraviny původu:

1.

např.

2.

např.

5. Bílkoviny naše tělo:

- a) Nepotřebuje
- b) Potřebuje k lepšímu vidění
- c) Potřebuje jen když jsme nemocní
- d) Potřebuje denně k síle

6. Vypiš 5 potravin, kde jsou obsaženy rostlinné bílkoviny:

7. Biologická hodnota :

- a) chrání proti nemocem
- b) je zdrojem energie, síly a tepla

Obrázky:

1,2- klipart MS Word 2010,poskytl pro Microsoft office:Fotolia

3,4- klipart MS Word 2010

5- klipart MS Word 2010,poskytl pro Microsoft office:Fotolia

6,7,8,9,10,11- klipart MS Word 2010