



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\_22

**TÉMATICKÁ OBLAST:**POŽIVATINY

**TÉMA:** POŽIVATINY

**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 rozdělením, významem a s druhy poživatin.

#### **ZDROJE:**

Obrázky:

1,2,3- klipart MS Word 2010

4- autor Mgr. Anna Macíčková

5- klipart MS Word 2010, poskytla Fotolia

6,7-autor Mgr. Anna Macíčková

8,9,10,11,12-autor Mgr. Anna Macíčková

13- klipart MS Word 2010

14- autor Mgr. Anna Macíčková

15- klipart MS Word 2010, poskytla Fotolia

# POŽIVATINY

- je to všechno co jíme a pijeme

POŽÍVAT = JÍST + PÍT → STRAVA = JÍDLO



1



2

## ROZDĚLENÍ:

Do potravin patří:

### 1. POTRAVINY:

a) **Živočišného původu** – pochází ze zvířat

mléko, maso, máslo, vejce



3



4



5

## b) **Rostlinného původu** –pochází z rostlin

brambory, čočka, rýže, jablko



6



7



8

Potraviny dodávají tělu základní látky pro život. Bez potravin by člověk zemřel.

## 2. **POCHUTINY:**

a) **Povzbuzující** – působí povzbudivě na člověka, zahání únavu

káva, čaj, kakao



9

**b) Dochucující – zlepšují chuť pokrmů**

koření, bylinky, hořčice



10



11



12

**3. NÁPOJE:**

a) **Nealkoholické** – dodávají tělu vodu

b) **Alkoholické** – jsou nebezpečnou drogou

c) **Teplé** – zahřívají organismus

d) **Studené** – ochlazují organismus



13



14



15

## Otázky pro upevnění učiva

1) Podtrhni, co patří do poživatin:

Živiny, potraviny, vitamíny, nápoje,  
minerální látky, pochutiny, bílkoviny,

2) Urči druh poživatin a zařaď každou do příslušné skupiny:

1. TVAROH

2. DÝNĚ

3. OCET

4. PAPRIKA MLETÁ

5. MLÉKO

6. RYBA

7. HOŘČICE

8. BROKOLICE

9. VODA

10. VEJCE

11. KMÍN

12. SALÁM

13. FAZOLE

14. MÁSLA

15. KAKAO

16. VÍNO

17. SÁDLO

18. RÝŽE

19. MINERÁLKA

20. JABLKO

21. SŮL

22. DŽUS

Obrázky:

1,2,3- klipart MS Word 2010

4- autor Mgr. Anna Macíčková

5- klipart MS Word 2010, poskytl Fotolia

6,7-autor Mgr. Anna Macíčková

8,9,10,11,12-autor Mgr. Anna Macíčková

13- klipart MS Word 2010

14- autor Mgr. Anna Macíčková

15- klipart MS Word 2010, poskytl Fotolia