***Klasa IC***

**Nauczyciel: mgr inż. Marta Grabowska**

W przypadku pytań jestem dostępna pod adresem n.m.grabowska@ptz.edu.pl

**Przedmiot: Zasady żywienia.**

Data realizacji: 30.10.2020 roku

Liczba godzin: 1

**Tematyka do opracowania:**

**Temat: Wartość biologiczna białek.**

1.Pojęcie wartości odżywczej białka

2.Białko wzorcowe

3.Białko niepełnowartościowe i pełnowartościowe

4.Metody oceny wartości odżywczej białka

a) chemiczne: współczynnik aminokwasu ograniczającego – CS

b)biologiczne: wzrostowe ( doświadczenie na szczurach ) i bilansowe – współczynnik wykorzystania białka – NPU

Polecenia:

1.Cym różnią się białka zwierzęce od białek roślinnych.

2.Wyjaśnij, co to jest celiakia i jak można ją leczyć za pomocą diety.

Za tydzień odbędzie się kartkówka z aminokwasów, podziału i roli białka oraz wartości biologicznej białek. Zadania zostaną udostępnione przez e- dziennik o godzinie 10.00, na wykonanie zadania będzie 20 minut.

Notatkę proszę sporządzić w zeszycie oraz przesłać na adres mailowy zadania z polecenia do dnia 03.11.2020, godzina 15.00.

Prace nadesłane po tym terminie zostaną ocenione na stopień niedostateczny.

Do opracowania wykorzystaj podręcznik szkolny:

Organizacja żywienia i usług gastronomicznych. Zasady żywienia. Część 1,

 str. 19 – 22.