

VALOAREA NUTRITIVĂ, ENERGETICĂ ȘI ESTETICĂ A PRODUSELOR ALIMENTARE.

Știm că alimentele sunt formate din proteine, glucide , lipide, vitamine și minerale. Alimentele sunt produse complexe care contribuie la satisfacerea nevoilor organismului. În urma consumării alimentelor organismul primește energie, astfel că vorbim despre valoarea nutritivă , energetică și estetică a alimentelor.

Valoarea nutritivă reprezintă capacitatea alimentelor de a asigura organismului substanțe hrănitoare de care el are nevoie. Această valoare este dată de proteine vegetale sau animale, lipide-grăsimi, glucide- zaharuri. Dacă dorim să stabilim valoarea nutritivă a unui aliment vom stabili cantitatea de proteine, lipide, glucide conținute în 100 gr. de produs.

Valoarea energetică este indispensabilă desfășurării diferitelor funcții ale organismului . Ea se exprimă prin capacitatea nutrienților săi de a da energie și este dată de conținutul în substanțe cu rol energetic: glucide, lipide , proteine. Se exprimă în kcal/100 gr. De produs.

Caloria este o unitate de măsură a energiei, care se folosește în alimentație

1 cal – 4 jouli

Un nutrient este o substanță chimică utilizată de către organismele vii pentru supraviețuire, creștere .

Valoarea estetică a produselor alimentare trebuie să aibă calități ce satisfac cerințele cumpărătorului : aspect , gust , miros, precum și ambalajul în care se găsesc.

TEMĂ: De la pag. 77 rezolvați ex. 3

17.03.2020