**Diferencované stravování – písemná práce - zadání**

1. **Co je to diferencované stravování?**
2. **Jaká máme hlediska rozdělení diferencovaného stravování?**
3. **Vypiš diferencované stravování podle věku.**
4. **Vypište vhodné potraviny pro novorozence a kojence**
5. **Vhodný denní příjem tekutin pro batole je:**
6. **0,5 l b) 1 l c) 1,5 l**
7. **Jaké jsou důležité vitaminy a minerály pro děti v mladším školním věku?**
8. **Jaké jsou vhodné a nevhodné potraviny pro starší školní věk?**
9. **U středoškoláků se zvyšuje potřeba:**
10. **Aktivně pracující by měli dodržovat:**
11. **Jaké máme druhy práce?**
12. **Jaké máme pracovní podmínky a prostředí?**
13. **Kdo potřebuje vyšší energetický příjem:**

**a) fyzicky pracující b) psychicky pracující**

**13. Fyzicky pracující by měl přijímat skupinu vitaminů:**

**a) B b) C c) K**

1. **Proč by měl psychicky pracující zvýšit příjem vlákniny?**
2. **Pracovník v horkém pracovním prostředí musí?**
3. **Žena by měla v těhotenství zvýšit:**
4. **Obezita =**
5. **Jak by se měl člověk správně stravovat při virózách?**

**Příjmení žáka:**

**Třída:**

**Datum:**

**Hodnocení:**