Fyziologie výživa

**PRACOVNÍ LIST**

1. **Sacharóza je cukr:**
2. Řepný
3. Sladový
4. Mléčný cukr
5. **Škrob patří mezi cukry:**
6. Jednoduché
7. Mnohocukry
8. Dvojcukry
9. **Bílkoviny jsou složené z:**
10. Tuků
11. Cukrů
12. Aminokyselin
13. **Bílkoviny dělíme na:**

1. Plnohodnotné a neplnohodnotné
2. Živočišné a plnohodnotné
3. Rostlinné a neplnohodnotné
4. **Tuky jsou zdrojem vitamínů:**
5. C, PP, E, K
6. A, D, E, K
7. C, D, E, PP
8. **Rostlinné tuky jsou obsažené:**
9. ve vepřovém sádle
10. ve vejcích
11. v plodech a semenech rostlin
12. **Vláknina:**
13. rozpouští vitamin C
14. urychluje vyprazdňování střev
15. nám dodá energii
16. **Škroby patří mezi:**

a) bílkoviny

b) tuky

c) polysacharidy

1. **Základní živiny jsou:**

a) minerální látky, vitamíny, sacharidy

b) bílkoviny, tuky, vitamíny

c) bílkoviny, tuky, sacharidy

1. **Příliš tučné potraviny jsou:**
2. lehce stravitelné
3. zdraví prospěšné
4. těžce stravitelné

Přepočet mezi procenty správných odpovědí a známkou:

* Méně než 35 % známka 5
* Správně je alespoň 35 a méně než 50 % známka 4
* Správně je alespoň 50 a méně než 70 % známka 3
* Správně je alespoň 70 a méně než 85 % známka 2
* Správně je alespoň 85% známka 1