

Задания № 8, № 9 Химия 1 курс

Углеводы — главный источник энергии организма. Роль жиров в организме.
Холестерин и его роль в здоровье человека.

Минеральные вещества в продуктах питания, пищевые добавки.

Сбалансированное питание.

<https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/303083/&pageFrom=192&pageTo=195>

<https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/303083/&pageFrom=196&pageTo=197>

<https://media.prosv.ru/static/books-viewer/index.html?path=/media/ebook/303087/&pageFrom=135&pageTo=152>

<https://sosudy.info/rol-holesterina-v-organizme-cheloveka>

<https://mylektsii.ru/12-45670.html>

https://vuzlit.ru/2195073/sbalansirovannoe_pitanie

<https://med.bobrodobro.ru/25588>

Отчёт представить письменно по плану:

1. *Какова роль жиров в организме человека?*
2. *Какова роль холестерина в организме человека:*
 - а. *Биологическая роль холестерина.*
 - б. *Формула холестерина.*
 - в. *Нормы холестерина*
 - г. *Как держать показатели холестерина в норме?*
3. *Сбалансированное питание:*
 - а. *Что такое сбалансированное питание?*
 - б. *6 основных групп продуктов, распределенных в соответствии с их важностью для человека*
 - в. *Что такое пищевая ценность продукта?*
 - г. *Основные правила сбалансированного питания.*
 - д. *Какие источники минеральных веществ вам известны?*
 - е. *К чему может привести недостаток минеральных веществ.*
4. *Пищевые добавки. Примеры. Применение пищевых добавок. За- и против-*