POTRAVINY A VÝŽIVA

Potraviny a výživa - 1. ročník:

Jakost potravin, metody zjišťování jakosti, jakostní znaky

Skladování a konzervace potravin – jednotlivé způsoby + charakteristika

Nákazy z potravin

Ovoce - složení, rozdělení + příklady, význam ve výživě, konzervace (výrobky z ovoce) a použití ovoce

Zelenina - složení, rozdělení + příklady, význam ve výživě

Brambory – složení, rozdělení (podle použití v kuchyni), význam ve výživě a skladování

Houby – rozdělení, význam ve výživě a použití

Luštěniny – složení a význam ve výživě, druhy a požití

Obiloviny, mlýnské výrobky – mouka

Pekárenské výrobky

Těstoviny

Složení potravin (**bílkoviny, tuky, cukry**, vitamíny, minerální látky)

**B, T, C** – složení, druhy, význam ve výživě

Kypřící prostředky – rozdělení a význam kypření

Sladidla rozdělení

Cukr řepný – výroba, význam a použití

Med – původ, druhy, použití a význam

Syntetická sladidla – druhy, význam a použití

Koření – význam, rozdělení a použití, původ

Káva, kakao, čaj – složení, výroba, druhy

Mléko a mléčné výrobky

Mléko – složení, druhy, ošetření a konzervace, význam ve výživě

Smetana, tvaroh – výroba, druhy, použití

Sýry – výroba, druhy + příklady, použití

Vejce - složení, jakost, vady, nákazy

Rostlinné tuky (oleje) – výroba, význam ve výživě a použití

Živočišné tuky (máslo, sádlo, lůj)

Potraviny a výživa – 2. ročník:

Maso - rozdělení masa (druhy)

Maso – charakteristika masa, složení masa, význam ve výživě

Maso – jakost a posuzování (jakostní znaky)

Zrání masa

Maso – skladování a konzervace|

Vepřové maso – charakteristika masa, složení masa, části a jakostní třídy

Hovězí masa – charakteristika masa, složení masa, části a jakostní třídy

Telecí maso – charakteristika masa, složení masa, části a jakostní třídy

Potraviny a výživa – 3. ročník:

Maso – skopové, králičí, koňské (charakteristika masa, složení masa, části a jakostní třídy)

Vnitřnosti – význam ve výživě, použití

Masné výrobky - drobné výrobky (příklady)

Masné výrobky - měkké salámy (příklady)

Masné výrobky - tvrdé salámy (příklady)

Masné výrobky - speciální uzeniny (příklady)

Masné výrobky - uzená masa (příklady)

Masné výrobky - vařené a pečené masné výrobky (příklady)

Masné konzervy – druhy a vady

Drůbež - charakteristika masa, složení masa, jakost, rozdělení, tržní druhy, výrobky z drůbeže

Zvěřina - charakteristika masa, složení masa, rozdělení, ošetření a zrání masa

Ryby - charakteristika masa, složení masa, rozdělení, význam masa, výrobky z ryb – konzervace

Kaviár – charakteristika a druhy

Korýši a měkkýši – vybraní zástupci a jejich použití ve stravování

Trávicí ústrojí - charakteristika, význam, části

Trávicí šťávy – druhy, význam

Játra a Žluč - význam při trávení

Racionální výživa - zásady výživy

Diferencovaná strava - kojenců, batolat, předškolní věk

Diferencovaná strava - školní věk, dospívající, starých lidí

Diferencovaná strava - těhotných, kojících, sportovců

Diety - rozdělení a význam

Výživová hodnota - biologická a energetická hodnota potravin

Nákazy z potravin

Nápoje - charakteristika, rozdělení

Nealkoholické nápoje - charakteristika, rozdělení (minerální voda, sodová voda)

Ovocné nápoje - rozdělení

Alkoholické nápoje - pivo (výroba, druhy, ošetřování, skladování)

Alkoholické nápoje - víno (výroba, druhy, ošetřování, skladování)

Alkoholické nápoje - lihoviny (výroba, druhy)

Vliv alkoholu na lidské zdraví, boj proti alkoholismu

Učivo:

[**http://www.souhorky.cz/ftp/ucebnice/pv/pvhlavni.htm**](http://www.souhorky.cz/ftp/ucebnice/pv/pvhlavni.htm)