



Universidad del Sureste
Escuela de Medicina



“ALIMENTOS”

Materia:

Nutrición

Docente:

Daniela Rodríguez

Alumno:

Aldo Gubidxa Vásquez López

Semestre:

.3 “B”

23/09/2020

ALIMENTOS

Características

Químicas

Macro y micro nutrientes

Color

Sabor

Aroma

Biológicas

Aplicación de calor

Procedimiento de conservación

Aplicación de frío

Físicas

Cortado

Trituración

Molida

Tamizado

Batido

Amasado

Grupos

Grupo 1

Leche y derivados

Grupo 2

Carne, pescado y huevos

Grupo 3

Legumbres y frutos secos

Grupo 4

Verduras y hortalizas

Grupo 5

Frutas

Grupo 6

Cereales, derivados de azúcares y dulces

Grupo 7

Grasas, aceite y mantequilla

Clasificación

Origen vegetal

Cereales, legumbres, frutas y verduras

Origen animal

Carnes, huevo, pescado, leche

Energéticos

Ricos en hidratos de carbono y grasa

Plásticos o formadores

Ricos en proteínas y minerales

Reguladores

Contienen oligoelementos minerales, vitaminas y aminoácidos