



LICENCIATURA EN NUTRICIÓN.

PREPARACION Y CONSERVACION DE ALIMENTOS

CUADRO SINOPTICO:

CONCEPTO DEL ALIMENTO, FUENTES DE ALIMENTO, COMPOSICIÓN GENERAL DE LOS ALIMENTOS.

COMPOSICIÓN TÍPICA DE ALIMENTOS DE ORIGEN ANIMAL

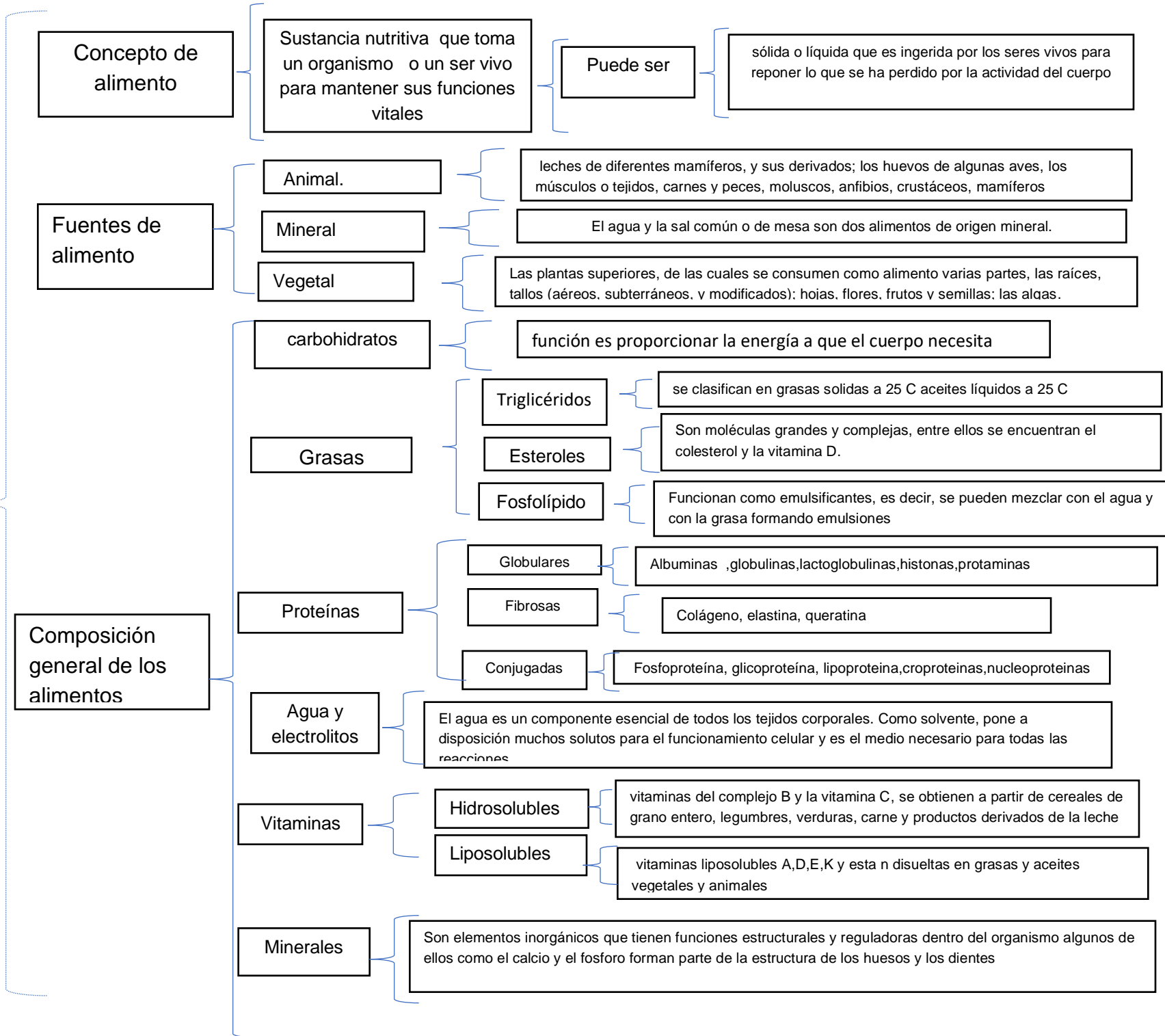
LIC.NEFI ALEJANDRO SÁNCHEZ GORDILLO

ALUMNA: VERONICA VELAZQUEZ ROBLERO

CUARTO CUATRIMESTRE

TAPACHULA CHIAPAS, A 11/09/2020.

LOS ALIMENTOS DE CONSUMO HUMANO



LOS ALIMENTOS DE CONSUMO HUMANO

composición típica de origen animal alimentos

Los alimentos de origen animal comprenden toda especie de ganado (ovino, porcino, caprino, bovino), todas las aves de corral (pavo, pollo, ganso, entre otros), los mariscos y las distintas especies de pescados. Entre los productos derivados de los animales están comprendidos: leche, queso, mantequilla, huevos, miel, salchichas

Composición típica de origen vegetal

Los alimentos de origen vegetal comprenden las verduras, las frutas y los cereales. Gran parte de los alimentos que consumimos los humanos son semillas. Dentro de estas semillas se encuentran, por lo general, las legumbres (lentejas, guisantes y frijoles), los cereales (trigo, arroz, maíz, avena) y las nueces.

Clasificación de alimentos

grupo 1 lácteos incluye a la leche en todas sus formas líquida, entera, evaporada, descremada, en polvo, agria, el queso y el yogurt

Grupo 2 dentro de este grupo se incluyen las carnes de vaca, carnero, cerdo, el hígado, el corazón, el riñón, las aves de corral, los huevos, el pescado y los mariscos

Grupos 3 y 4 Las frutas y verduras son fuentes valiosas de vitaminas, especialmente A y C, y de minerales.

Grupo 5 Los cereales y leguminosas proporcionan gran parte de los requerimientos calóricos en muchas sociedades

Grupo 6 dentro del grupo de las grasas encontramos los aceites, la crema, mantequilla, aguacate, tocino, manteca, margarina, nueces y cacahuates Este grupo de alimentos, además de proporcionar energía, son fuente de vitaminas liposolubles y ácidos grasos esenciales.

Grupo 7 Azúcares se incluyen el azúcar de mesa, jaleas, miel, helados y caramelos. Estos solo proporcionan energía de rápida absorción

BIBLIOGRAFIA

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

ANTOLOGIA PREPARACION Y CONSERVACION DE ALIMENTOS

AERTS R. THE FREEZER DEFROSTING : Global Warming and Litter Decomposition Rates in Cold Biomes. British Ecological Society. 2006; 94(4): 713–724. — PERS, USE, R E y STE S , W anual de Terape utica utricional a Edicio n. Salvat Editores, S.A. Barcelona (Espan a). 1990. — ARMANDO, A. (2003). Biotecnología y alimentos: preguntas y respuestas. Sociedad Española de Biotecnología. — BOOKWALTER, H. Microwave processing to destroy Salmonellae in corn-soy-milk blends and effect on product quality. J.Food Sci 1982, 683-686. — CAÑUMIR, J. Pasteurization of apple juice by using microwaves. Lebensm.-Wiss und Technol. 2002, 389-392. — CRAINE J. M. MORROW C. FIERER N. Microbial Nitrogen Limitation Increases Decomposition. Ecology. 2007; 88(8): 2105–2113. — CUEVAS FERNANDEZ, El Equilibrio a trave s de la alimentacio n a Ed Editorial Sorles, S eo n Espan a). 2000. — CUNNINGHAM, G. Influence of microwave radiation on psychrotrophic bacteria. J.Food Prot. 1980, 651-655. — DOLCE J. Food infection. The American Journal of Nursing. 1941; 41(6): 682–684. — MCNABB A. Food Control for Summer Resorts. Canadian Public Health Journal. 1931; 22(6): 306–308. — S R N ALBERT. istoria de la conservacio n de los alimentos iencia romatolo gica. ose ello utie rrez Publicado por Ediciones i az de Santos, 2000. — ESS , and ESS , V The ietitian s Guide to vegetarian diets: Issues and