

**Nombre del alumno:** Alejandra Pérez Gómez

**Nombre del profesor:** Luz Elena Cervantes Monroy

**Nombre del trabajo:** Super nota

**Materia:** Preparación y Conservación de alimentos

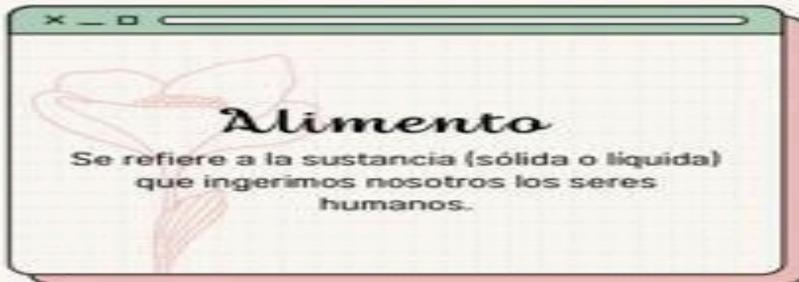
**Grado:** 4 cuatrimestre

**Grupo:** LNU17EMC0121-A

Comitán de Domínguez Chiapas a 23 de septiembre del 2022.

# Alimentos de consumo humano

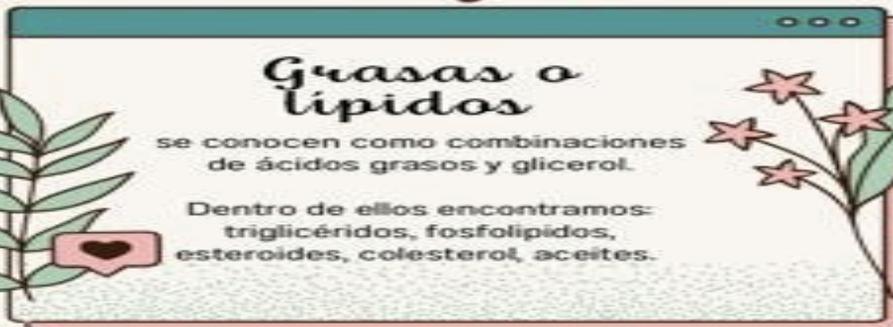
## Composición general de alimentos



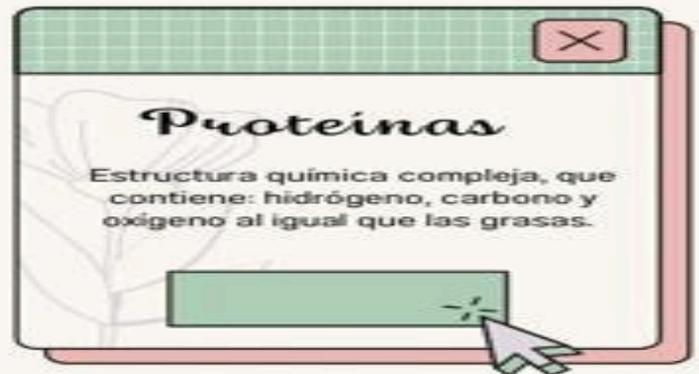
**Alimento**  
Se refiere a la sustancia (sólida o líquida) que ingerimos nosotros los seres humanos.



**Hidratos de carbono**  
Moléculas que tienen como función proporcionar la energía que el cuerpo necesita.



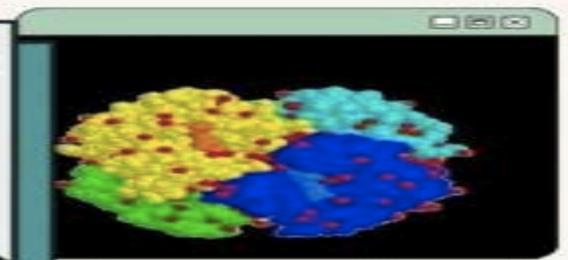
**Grasas o lípidos**  
se conocen como combinaciones de ácidos grasos y glicerol.  
Dentro de ellos encontramos: triglicéridos, fosfolípidos, esteroides, colesterol, aceites.



**Proteínas**  
Estructura química compleja, que contiene: hidrógeno, carbono y oxígeno al igual que las grasas.



**Proteínas fibrosas**  
Proteínas de la piel, tejido conjuntivo.  
**Proteínas globulares**  
Cadenas polipeptídicas y se pliegan en las estructuras compactas.



## Alimentos de consumo humano Composición general de alimentos

**Agua**

Es el componente esencial de todos los tejidos corporales, constituye alrededor de las dos terceras partes del peso del cuerpo.



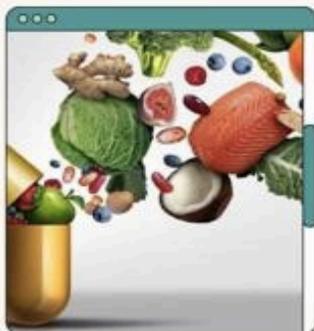
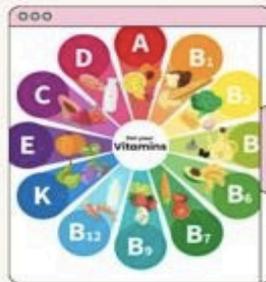
**Electrolitos**

Aquellas sustancias que al disolverse en agua se disocian en iones de carga positiva y negativa.



**Vitaminas**

Se clasifican en solubles en agua y las liposolubles que son solubles en grasas.



**Minerales**

Elementos inorgánicos que tienen como función más importante estructural y reguladora dentro del organismo.



## Alimentos de consumo humano Composición general de alimentos

**Composición típica de alimentos de origen animal**

Podemos decir que los alimentos son aquellas sustancias o productos de cualquier naturaleza.



**Carnes y derivados**

Carne: se le denomina al músculo esquelético de los animales de sangre caliente, por las técnicas ganaderas modernas (parte de la caza)



**Clasificación de alimentos**

- Leche y derivados lácteos.
- Carne, pescado y huevos.
- Papas, legumbres y frutas.
- Verduras y hortalizas.
- Cereales y leguminosa.
- Grasas, aceites y mantequilla.
- Azúcares.



## Composición típica de alimentos de origen vegetal

Los alimentos de origen vegetal, comprenden las verduras, frutas y cereales.



## Cadena alimenticia



**Bibliografía:**

Universidad del Sureste 2022. Antología de Preparación y Conservación de Alimentos. Unidad 1. Páginas 10 - 36. Recuperado el 23 de Septiembre de 2022.