

Nombre del alumno: Alejandra Pérez Gómez

Nombre del profesor: Luz Elena Cervantes Monroy

Nombre del trabajo: Super nota

Materia: Preparación y Conservación de alimentos

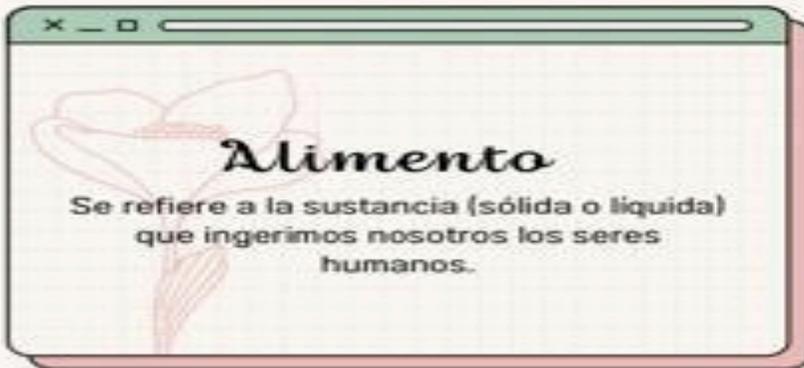
Grado: 4 cuatrimestre

Grupo: LNU17EMC0121-A

Comitán de Domínguez Chiapas a **23 de septiembre del 2022.**

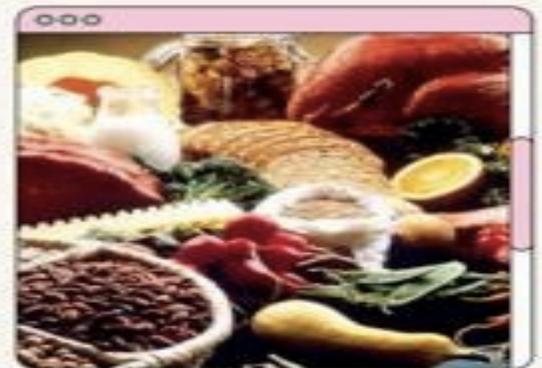
Alimentos de consumo humano

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.

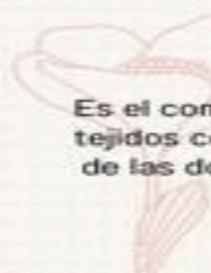


Proteínas

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

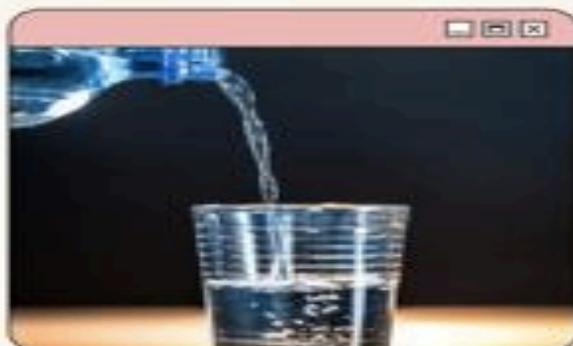
Alimentos de consumo humano

Composición general de alimentos



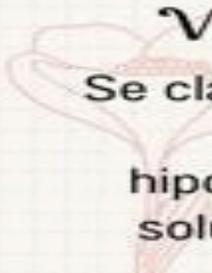
Agua

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 hiposolubles que son solubles en grasas.



Minerales

Elementos inorganicos que tienen como función 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



Bibliografía:

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