

Trzeci temat to cukry – zaczniemy od glukozy i fruktozy. Zapoznaj się z lekcją umieszczoną pod poniższym linkiem:

<https://epodreczniki.pl/a/cukry---glukoza-i-fruktoza/DRD64iNzp>

1. Przejdź do kuchni: w jakich produktach występuje glukoza i fruktoza? Czy czysta glukoza i fruktoza występuje naturalnie? Zastanów się jak nadmiar cukrów prostych w diecie wpływa na nasze zdrowie – możesz skorzystać z podręcznika do biologii lub internetowych źródeł. KRÓTKO opisz swoje wnioski.
2. Wyślij notatkę na maila – notatka dotycząca tylko zagadnień z punktu 1.
3. Obejrzyj film na yt: <https://www.youtube.com/watch?v=IEXBxijQREo>
4. **Praca dla chętnych:** ugotuj z rodzicami obiad lub upiecz ciasto. Na podstawie wagi produktów określ ile węglowodanów, tłuszczu i białka się w nim znajduje. Do tego celu możesz użyć strony Tabele-kalorii.pl Jeśli nie dysponujesz wagą kuchenną, to nic nie szkodzi. Użyj strony ilewazy.pl – znajdziesz tam średnie wagi danych porcji produktu (szklanki, łyżki, łyżeczki – razem ze zdjęciami tych porcji) – to w zupełności wystarczy do naszego zadania.

Oczywiście praca dodatkowa na ocenę o wadze 1.

Wyniki swojej pracy możecie umieścić w odpowiedniej zakładce w aplikacji Teams lub wysłać mi mailem na mój służbowy adres:

awlodarczyk@sp28.lublin.eu

W aplikacji Teams nie ma żadnych dodatkowych materiałów – znajduje się tam dokładnie to samo co na stronie internetowej szkoły. Korzystanie z aplikacji nie jest obowiązkowe – pozwala po prostu na uporządkowanie Waszych prac.

Na zrealizowanie zadania daję Wam czas do 20 kwietnia.