

ЖИРИ — ВАЖЛИВИЙ ПРОДУКТ ХАРЧУВАННЯ ЛЮДИНИ



- Жири є найважливішим енергетичним компонентом харчового раціону — 1 г жирів дає 37,7 кДж (9 ккал) енергії .
- В організмі людини в нормі міститься 10-20% жиру, але за наявності деяких порушень жирового обміну його кількість може змінюватися .
- На відміну від вуглеводів і тим більше білків, жири відкладаються у великих кількостях у депо (підшкірна основа, сальник) і створюють в організмі великі запаси енергії. Нормальної комплекції доросла людина має у своєму організмі 9-12 кг жиру, що відповідає 251000-377000 кДж (60000-90000 ккал). Ця енергія витрачається у всіх випадках недостатнього харчування.



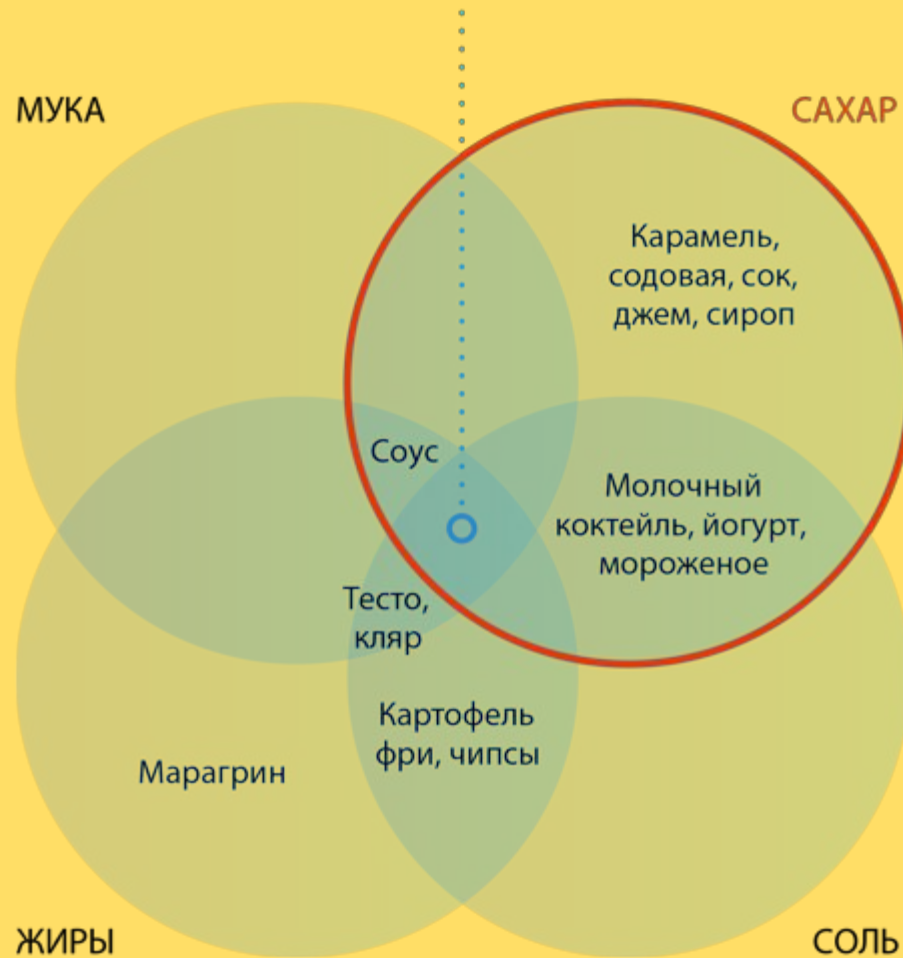
- Безпосередньо з лікарською метою на жирах готують Мазі, емульсії, пасти, які сприяють поглинанню активних речовин організмом, пом'якшують і продовжують їхню дію.





Гиперприятность

Конфеты, шоколадные батончики, пирожные, пончики, сладости, выпечка, белый хлеб



ДЯКУЄМО ЗА УВАГУ !!!

