

ΒΑΘΜΟΣ:

ΟΛΟΓΡΑΦΩΣ:

ΔΙΑΡΚΕΙΑ: 30΄

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ

ΥΠΟΓΡΑΦΗ:

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ:

ΤΜΗΜΑ:

1. Ποιες ουσίες ονομάζονται θρεπτικές?

[μον.1.0]

---



---



---

2. Γράψετε τις **τρεις (3)** κατηγορίες στις οποίες διακρίνονται οι θρεπτικές ουσίες και **εξηγήστε μια** από αυτές.

[μον.1.25]

---



---



---

3. Γράψετε τρεις παράγοντες που επηρεάζουν τις ημερήσιες ενεργειακές ανάγκες των ανθρώπων

[μον.0.75]

---



---



---

4. Γράψετε τις δύο κατηγορίες στις οποίες χωρίζονται οι φυτικές ίνες.

[μον.0.5]

---



---

5. Εξηγήστε τι εννοούμε με τον όρο ευδιάλυτες φυτικές ίνες και ποια τα οφέλη τους στην υγεία μας.

[μον.2.0]

---



---

6. Να γράψετε τι είναι οι οργανικές ουσίες ?

[μον.1.5]

---



---



---

7. Τι ονομάζουμε ΠΕΨΗ ;

[μον.2.0]

---

---

---

---

8. Τι είναι η οστεοπόρωση, πως προκαλείται και πως μπορούμε να την αποφύγουμε  
[μον.2.0]

---

---

---

---

9. Να συμπληρώσετε τον πιο κάτω πίνακα

[μον.4.0]

<b>ΘΡΕΠΤΙΚΗ ΟΥΣΙΑ</b>	<b>ΟΝΟΜΑ ΟΥΣΙΑΣ/ΟΥΣΙΩΝ ΠΟΥ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΝΤΟΠΙΣΜΟ ΤΩΝ ΔΙΠΛΑΝΩΝ ΘΡΕΠΤΙΚΩΝ ΟΥΣΙΩΝ</b>	<b>ΑΛΛΑΓΗ ΠΟΥ ΕΝΤΟΠΙΖΟΥΜΕ</b>
ΑΠΛΑ ΣΑΚΧΑΡΑ		
ΒΙΤΑΜΙΝΗ C		
ΛΙΠΑΡΕΣ ΟΥΣΙΕΣ		
ΠΡΩΤΕΙΝΕΣ		

10. Γιατί χρησιμοποιούμε **θετικούς** και **αρνητικούς** μάρτυρες στα πιο πάνω πειράματα  
ανίχνευσης θρεπτικών ουσιών;

[μον.2.0]

---

---

---

---

11. Να γράψετε τις 5 κατηγορίες των οργανικών θρεπτικών ουσιών και μία ανόργανη θρεπτική ουσία και να δώσετε 2 παραδειγματα τροφίμων στις οποίες περιέχονται.  
[μον.3.0]

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

