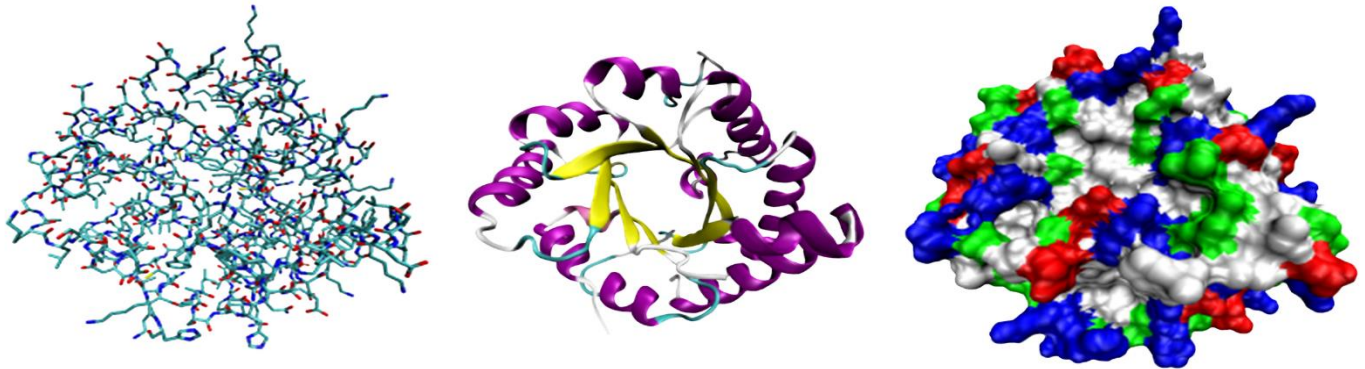


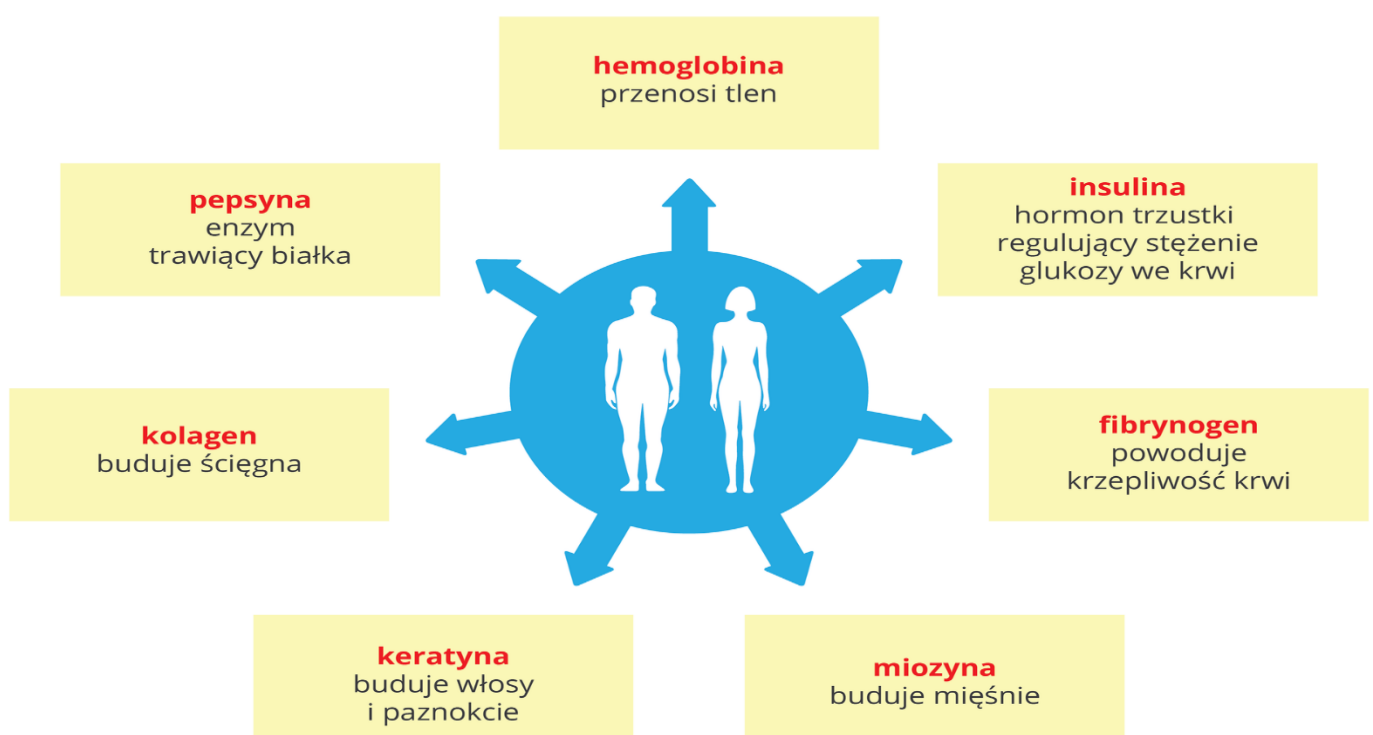
Temat: Budowa białek i ich biologiczne znaczenie.

1. Cząsteczki wszystkich białek są zbudowane z czterech podstawowych pierwiastków – **węgla, wodoru, tlenu i azotu**. W skład, niektórych białek mogą wchodzić również **siarka i fosfor**, rzadziej **miedź, magnez, żelazo, cynk, jod**.
2. Białka są związkami wielkocząsteczkowymi zbudowanymi z reszt aminokwasowych. Białkami umownie nazywamy związki, których łańcuch zawiera więcej niż 100 reszt aminokwasowych. Łańcuchy białkowe mogą mieć różną strukturę przestrzenną, m.in. skręcają się w spirale lub wstęgi.



3. Białka są podstawowym elementem budującym wszystkie organizmy. Człowiek musi dostarczać białka w pożywieniu. Białka te w procesie trawienia dzielone są na mniejsze fragmenty, z których powstają nowe białka niezbędne dla organizmu.
4. Białka pełnią funkcję budulcową (budują mięśnie, paznokcie, włosy i tkanki). Ich trawienie zachodzi z udziałem enzymów białkowych. Białko jest głównym składnikiem hemoglobiny zawartej we krwi. Hemoglobina jest odpowiedzialna za dostarczanie komórkom tlenu.

Funkcje białek w organizmie



5. Występowanie białek w produktach spożywczych.

jajka
(żółtko też jest białkiem)



nabiał



WYSTĘPOWANIE BIAŁEK W PRODUKTACH SPOŻYWCZYCH

mięso



rośliny strączkowe



Zadanie

Głównym źródłem białek są następujące produkty spożywcze (zaznacz poprawną odpowiedź).

- cukier
- wołowina
- twaróg
- owoce
- fasola