|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| NAMIRNICA   | KALORIJSKA VRIJEDNOST U 100 G NAMIRNICE  | **NAJZASTUPLJENIJA VRSTA HRANJIVIH TVARI**  | NAJZASTUPLJENIJI VITAMINI U NAMIRNICI | U KOJEM DIJELU PROBAVNOG SUSTAVA SE RAZGRAĐUJE (KEMIJSKI) | POMOĆU KOJEG SE ENZIMA RAZGRAĐUJE | NA KOJE SASTAVNE JEDINICE SE RAZGRAĐUJE  |
|  SVINJETINA (ŠNICLA) |  |  |  |  |  |  |
|  RAJČICA  |  |  |  |  |  |  |
|  JABUKA  |  |  |  |  |  |  |

**PROJEKTNI ZADATAK ZA VREDNOVANJE**

**Iznad tablice potražiš svoje IME, samo te namirnice su tvoj zadatak! Ne radite u paru, već svatko svoje!**

**Plave mrljice znači za tu upisanu najzastupljeniju HRANJIVU TVAR, treba u drugoj zvjezdici napisati gdje se ona razgrađuje (npr. u tankom crijevu, želucu ili….)**

Tablice možete prepisati u bilježnice, pritom poradite na urednosti i preglednosti**. Rok za predaju uradaka na ocjenjivanje je 25. svibnja**

 Karlo B., Ema P.

Karlo.B. ,Elena V.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| NAMIRNICA   | KALORIJSKA VRIJEDNOST U 100 G NAMIRNICE  | **NAJZASTUPLJENIJA VRSTA HRANJIVIH TVARI**  | NAJZASTUPLJENIJI VITAMINI U NAMIRNICI | U KOJEM DIJELU PROBAVNOG SUSTAVA SE RAZGRAĐUJE (KEMIJSKI) | POMOĆU KOJEG SE ENZIMA RAZGRAĐUJE | NA KOJE SASTAVNE JEDINICE SE RAZGRAĐUJE  |
|  HAMBURGER |  |  |  |  |  |  |
|  ŠAMPINJONI |  |  |  |  |  |  |
|  DINJA  |  |  |  |  |  |  |

Erika B. Josip N.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| NAMIRNICA   | KALORIJSKA VRIJEDNOST U 100 G NAMIRNICE  | **NAJZASTUPLJENIJA VRSTA HRANJIVIH TVARI u namirnici** | NAJZASTUPLJENIJI VITAMINI U NAMIRNICI | U KOJEM DIJELU PROBAVNOG SUSTAVA SE RAZGRAĐUJE (KEMIJSKI) | POMOĆU KOJEG SE ENZIMA RAZGRAĐUJE | NA KOJE SASTAVNE JEDINICE SE RAZGRAĐUJE  |
|  TELEĆI KOTLET |  |  |  |  |  |  |
|  TIKVICE  |  |  |  |  |  |  |
|  JAGODE  |  |  |  |  |  |  |

Petra B., Mihaela S.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| NAMIRNICA   | KALORIJSKA VRIJEDNOST U 100 G NAMIRNICE  | NAJZASTUPLJENIJA VRSTA HRANJIVIH TVARI u namirnici | NAJZASTUPLJENIJI VITAMINI U NAMIRNICI | U KOJEM DIJELU PROBAVNOG SUSTAVA SE RAZGRAĐUJE (KEMIJSKI) | POMOĆU KOJEG SE ENZIMA RAZGRAĐUJE | NA KOJE SASTAVNE JEDINICE SE RAZGRAĐUJE  |
|  PEČENO PILE |  |  |  |  |  |  |
|  ŠPINAT  |  |  |  |  |  |  |
|  JABUKA  |  |  |  |  |  |  |

Pamela B., Ana K., Karlo K.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| NAMIRNICA   | KALORIJSKA VRIJEDNOST U 100 G NAMIRNICE  | NAJZASTUPLJENIJA VRSTA HRANJIVIH TVARI u namirnici | NAJZASTUPLJENIJI VITAMINI U NAMIRNICI | U KOJEM DIJELU PROBAVNOG SUSTAVA SE RAZGRAĐUJE (KEMIJSKI) | POMOĆU KOJEG SE ENZIMA RAZGRAĐUJE | NA KOJE SASTAVNE JEDINICE SE RAZGRAĐUJE  |
|  PURETINA  |  |  |  |  |  |  |
|  ZELENA  SALATA  |  |  |  |  |  |  |
|  BRESKVA  |  |  |  |  |  |  |

Klara J., Patrik R.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| NAMIRNICA   | KALORIJSKA VRIJEDNOST U 100 G NAMIRNice  | NAJZASTUPLJENIJA VRSTA HRANJIVIH TVARI u namirnici  | NAJZASTUPLJENIJI VITAMINI U NAMIRNICI | U KOJEM DIJELU PROBAVNOG SUSTAVA SE RAZGRAĐUJE (KEMIJSKI) | POMOĆU KOJEG SE ENZIMA RAZGRAĐUJE | NA KOJE SASTAVNE JEDINICE SE RAZGRAĐUJE  |
|  PIZZA |  |  |  |  |  |  |
|  JOGURT |  |  |  |  |  |  |
|  BANANA  |  |  |  |  |  |  |

Dominik K., Nina KJ

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| NAMIRNICA   | KALORIJSKA VRIJEDNOST U 100 G NAMIRNICE  | NAJZASTUPLJENIJA VRSTA HRANJIVIH TVARI u namirnici  | NAJZASTUPLJENIJI VITAMINI U NAMIRNICI | U KOJEM DIJELU PROBAVNOG SUSTAVA SE RAZGRAĐUJE (KEMIJSKI) | POMOĆU KOJEG SE ENZIMA RAZGRAĐUJE | NA KOJE SASTAVNE JEDINICE SE RAZGRAĐUJE  |
|  JAJE  |  |  |  |  |  |  |
| BROKULA  |  |  |  |  |  |  |
|  ŽITNE PAHULJICE  |  |  |  |  |  |  |

Matija M. Lana K,

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| NAMIRNICA   | KALORIJSKA VRIJEDNOST U 100 G NAMIRNICE  | NAJZASTUPLJENIJA VRSTA HRANJIVIH TVARI u namirnici  | NAJZASTUPLJENIJI VITAMINI U NAMIRNICI | U KOJEM DIJELU PROBAVNOG SUSTAVA SE RAZGRAĐUJE (KEMIJSKI) | POMOĆU KOJEG SE ENZIMA RAZGRAĐUJE | NA KOJE SASTAVNE JEDINICE SE RAZGRAĐUJE  |
|  PURETINA  |  |  |  |  |  |  |
|  ZELENA  SALATA  |  |  |  |  |  |  |
|  BRESKVA  |  |  |  |  |  |  |

Sandro K., Klara K., Vilim N.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| NAMIRNICA   | KALORIJSKA VRIJEDNOST U 100 G NAMIRNICE  | **NAJZASTUPLJENIJA VRSTA HRANJIVIH TVARI u namirnici**  | NAJZASTUPLJENIJI VITAMINI U NAMIRNICI | U KOJEM DIJELU PROBAVNOG SUSTAVA SE RAZGRAĐUJE (KEMIJSKI) | POMOĆU KOJEG SE ENZIMA RAZGRAĐUJE | NA KOJE SASTAVNE JEDINICE SE RAZGRAĐUJE  |
|  PURETINA  |  |  |  |  |  |  |
| RIŽA  |  |  |  |  |  |  |
|  ČOKOLADA  |  |  |  |  |  |  |

Elena K., Timon P.,

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| NAMIRNICA   | KALORIJSKA VRIJEDNOST U 100 G NAMIRNICE  | **NAJZASTUPLJENIJA VRSTA HRANJIVIH TVARI u namirnici**  | NAJZASTUPLJENIJI VITAMIN U NAMIRNICI | U KOJEM DIJELU PROBAVNOG SUSTAVA SE RAZGRAĐUJE (KEMIJSKI) | POMOĆU KOJEG SE ENZIMA RAZGRAĐUJE | NA KOJE SASTAVNE JEDINICE SE RAZGRAĐUJE  |
|  TELEĆI KOTLET  |  |  |  |  |  |  |
|  PRŽENI KRUMPIR  |  |  |  |  |  |  |
|  BRESKVA  |  |  |  |  |  |  |

1. POMOĆU TABLICA U UDŽBENIKU STR. 135. I 137. I U RADNOJ BILJEŽNICI STR. 94. POPUNITE TABLICU.
2. UKLJUČI NAMIRNICE IZ TABLICE U JEDAN DNEVNI MENI , DODAJ PRILOGE PO SVOM UKUSU!
3. Pomoću tablice u udžbeniku str. 135. za 3 izdvojena vitamina u pojedinoj namirnici ispiši njegovo djelovanje(ULOGU) u organizmu.
4. Navedene namirnice (IZ TABLICE) rasporedi na odgovarajuće mjesto u piramidi PRAVILNE PREHRANE .

**Kriteriji za bodovanje**

9 bodova –TABLICA (svaka kućica 0,5 boda)

1 bod –MENI

3 boda –VITAMINI ( 1 bod za svaki vitamin)

1 bod –PIRAMIDA (pravilan smještaj za sve tri namirnice)

1bod- predano U ROKU (25. svibnja)

**OCJENE**

14-13-**5**

12-11**-4**

10-9-8**-3**

7-6- **2**