



Zapiš do sešitu a nastuduj!
(str. 78)

Bílkoviny

- **organické sloučeniny složené z uhlíku, vodíku, kyslíku a dusíku** (mohou obsahovat i síru, fosfor a jod)
- **jsou to vysokomolekulární (makromolekulární) látky složené z velkého počtu molekul aminokyselin** (org. kyseliny, které mají skupinu NH₂)

Vlastnosti bílkovin

- Většinou jsou ve vodě rozpustné
- Vytvářejí **nepravé roztoky**, kterým říkáme **koloidní**
- Teplem se srážejí – mění skupenství z kapalného na pevné
- Mnoho látek – chemikálií škodí bílkovinám, a tedy živým organismům.

Výskyt bílkovin

- Bílkoviny jsou **základní součástí živé hmoty**
- Tvoří základ rostlinných a živočišných těl = **stavební materiál**
- **Základní složka buněk** všech živých organismů
- Tvoří přibližně 19% hmotnosti člověka

Bílkoviny

**Jsou nepostradatelné pro
výživu člověka!!! a
živočichů**

**Pro zdraví je důležitá rovnováha všech látek
v těle (sacharidy, bílkoviny, tuky, voda,.....)**

Bílkoviny

- Organismus **není schopen vytvářet bílkoviny z minerálních látek** – musí je přijímat v potravě
- **Bílkoviny obsahují nejvíce:**
 - ❖ Rostlinná potrava: **luštěniny** – čočka, fazole, hrách
 - ❖ Živočišná potrava: **maso, vejce, mléko a mléčné výrobky**

Otázky na zopakování k tématu bílkoviny:

- Co jsou bílkoviny ?
- Jaké vlastnosti mají bílkoviny ?
- Z jakých prvků jsou bílkoviny složeny ?
- Doplň větu: bílkoviny jsou základní součástí
.....
- Je schopen si člověk bílkoviny vytvořit sám?
- Které potraviny obsahují nejvíce bílkovin?