

Doplňovací text:

Každá potravina se skládá z _____ . _____ jsou stavební látky potraviny. Jsou v potravinách zastoupeny v různě velkém množství. _____ zastoupené ve velkém množství se nazývají _____ . _____ zastoupené v malém množství jsou _____. Obecně se dá říci, že _____ dávají potravíně velikost/objem – kvantitu a _____ jí ladí vzhled, dávají potravíně něco navíc – kvalitu. Makroživiny se dělí na _____ , _____ a _____. Velmi významným sacharidem je _____ , která slouží mimo jiné jako prevence rakoviny tlustého střeva. Mezi mikroživiny patří _____ , _____ a _____. Člověk je složen převážně z _____ , která společně s potravinami tvoří nedílnou součást naší stravy. Lidé by měli jíst převážně _____ , protože potraviny průmyslově upravené jsou často chudé na _____ .

