

Hemläxa

Årskurs: Gymnasiet

Ämne: Livsmedels- och näringskunskap 2

Tema: Näringslära och livsmedelskvalitet

Ordkollen

Här listas fem ämnesord på läxans tema som är bra att känna till betydelsen av.

- **Näringsämnen:** Substanser som kroppen behöver för att fungera och må bra.
- **Livsmedelskvalitet:** Kvalitativa egenskaper hos livsmedel i förhållande till säkerhet och näring.
- **Sensorisk analys:** Bedömning av livsmedels egenskaper genom sinnena, t.ex. smak och doft.
- **Livsmedelsproduktion:** Processen att producera livsmedel från råvaror till färdiga produkter.
- **Balanserad kost:** Diet som ger en optimal mängd näringsämnen och energi för kroppen.

Instuderingsfrågor

1. Vilka är de fem grundläggande näringsämnena och deras funktioner i kroppen?
2. Hur påverkar livsmedelskvalitet vår hälsa och välbefinnande?
3. Ge exempel på hur konsumenternas krav på livsmedelskvalitet har förändrats över tid.
4. Vad innebär en sensorisk analys av livsmedel?
5. Vilka faktorer bidrar till en balanserad kost?
6. Hur kan vi objektivt bedöma livsmedelskvalitet?
7. Vad är skillnaden mellan objektiv och subjektiv bedömning av livsmedelskvalitet?
8. Diskutera hur livsstilsval kan påverka näringsbehovet hos individer.
9. Hur kan livsmedelsproduktionen förbättras för att minska miljöpåverkan?
10. Vilka utmaningar kan konsumenter stå inför när de ska välja kvalitetslivsmedel?

Skrivuppgift

Uppgift 1: Analys av livsmedel

Välj ett livsmedel och skriv en kort analys av dess näringsinnehåll. Redogör för vilken typ av näringsämnen livsmedlet innehåller och diskussion kring dess betydelse för en balanserad kost. **Svarslängd:** ca. 200 ord (En sida)

Uppgift 2: Livsmedelskvalitet och konsumentval

Skriv en uppsats där du reflekterar över hur livsmedelskvalitet påverkar konsumenternas val. Ge exempel på hur olika faktorer kan påverka våra val av livsmedel. **Svarslängd:** ca. 300 ord (En halv sida)

Uppgift 3: Diskussionsuppsats

Välj en av diskussionsfrågorna från lektionen och skriv en kort uppsats som utforskar dina tankar och insikter kring ämnet. **Svarslängd:** ca. 250 ord (En sida)

Tags: [Läxa](#)