
Les aliments énergétiques

Numéro d'inventaire : 2022.8.115

Auteur(s) : Pascal Faure

Type de document : planche didactique

Éditeur : Pierron Équipement pédagogique scientifique

Période de création : 4e quart 20e siècle

Date de création : 1992

Inscriptions :

- lieu d'édition inscrit : 57206 Sarreguemines - France
- numéro : MT 9089

Matériau(x) et technique(s) : papier

Description : Feuille imprimée et illustrée en couleur au recto. Deux trous d'accrochage dans la partie supérieure.

Mesures : hauteur : 99,7 cm ; largeur : 64 cm

Notes : Collection Biodidac.

Mots-clés : Sciences naturelles (post-élémentaire et supérieur)

Lieu(x) de création : Sarreguemines

Utilisation / destination : enseignement

Représentations : représentation scientifique : aliment

Autres descriptions : Langue : français

ill. en coul.

LES ALIMENTS ENERGETIQUES

GROUPES	EXEMPLES	SOURCES ALIMENTAIRES	REMARQUES
SUCRES A ABSORPTION RAPIDE		<ul style="list-style-type: none"> - fruits - sucre - miel - pâtisseries - confitures - boissons sucrées - confiseries - glaces - boissons alcoolisées 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 g représente 17 kJ - très rapidement utilisable - principal nutriment : glucose
SUCRES A ABSORPTION LENTE (amidon)		<ul style="list-style-type: none"> - farine - pomme de terre - cacahuètes - riz et semoule - haricots et petits pois - pâtes cuites - pain - lentilles 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 g représente 17 kJ - hydrolyse avant absorption - principal nutriment : glucose
LIPIDES		<ul style="list-style-type: none"> - lait entier - huiles - beurre et margarine - graisses animales - fromages - crème fraîche - fruits oléagineux 	<ul style="list-style-type: none"> - 1 g représente 37,5 kJ - constituants des membranes cellulaires - principaux nutriment : acides gras, cholestérol - besoins en acides gras essentiels