Bia/ na Bithmóilíní an Beatha

Achoimre:

4 Bithmóilíní atá ag teatáil ag orgánaigh & atá la fáil I mbia:

M,mmMMMM

1. **Cairbahidráití**-

(a)Il

(c)Mo

(b)Dé

M,mmMMMM

M,mmMMMM

* **Feidhm structúireach:**
1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_- I cill balla planda
2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_- I cill balla fungais & eiscnámharlaigh.
* **Stór bia:**
1. Sa **Duine** tá glúcós aistrithe go \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ & storálthe sna matáin, \_\_\_\_\_\_\_\_\_ & an t-\_\_\_\_\_ .
2. Sa **Phlanda** stóráiltear glucose mar \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
3. **Lipidí (saillte & ola)**

Bunstructúir/aonad lipid ‘**Trí Ghlicríd’.**

1 móilín \_\_\_\_\_\_\_ & 3 móilín \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**Úsáidí:**

Déantús an cill \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. (fosfalipid)

Déantús an \_\_\_\_\_\_\_\_ céireach ar dromcla duille.

1. **Prótéiní (polapeptídí)** 

Bunstructúir: NA A\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Dúile: C, H, O& \_\_\_ uaireanta \_\_\_\_.

Prótéiní structuireach (tógáil rudaí sa corp)

Prótéiní Meiteabalach:

*
* &

**Eisfhearadh na phróteiní**

* Ní féidir próitéiní a stóráil sa chorp. Dianscaoiltear an breis aimínaigéad san \_\_\_\_\_\_. Baintear as an ghrúpa NH2 (dí- \_\_\_\_\_\_\_) & déanann sé \_\_\_\_\_\_ –(teann sé seo sa fuil 🡪 duáin déantar fual.
1. **Vitimíní:**

**Vitimíní A, D,E & K :** intuaslagtha i \_\_\_\_\_\_\_.

**Vitimín B & C:** intuaslagtha I \_\_\_\_\_\_\_.

Bíonn stór na vitimíní **intuaslagtha i saill** sa chorp- **sa t-\_\_\_\_\_ & fíochán \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_-** ach ní féidir vitimíní intuaslagtha in uisce a stóráil.

1. **Vit C-**

**Feidhm:** Tábhachtach do na fíochán tacaíochta m.sh. cnámh fíochán, fuil fíochán, loingeán &ballnasc

**Galair Easpa:**  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Siomptóim:** Drandail bog & ag cur fola, agus ballbhrú(bruise) fad aimsire.

1. **Vit D-**

**Feidhm:** an mianra \_\_\_\_\_\_\_\_\_ a ionsú.

**Galar Easpa**: Raicíteas

**Mianraí: Ceimiceáin neamhorgánacha (ní bithmóilíní !).**

1. **Sna Ainmhí:**

*(a)Cailciam*- cnámha/fhiacla

(b)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_: tá gá chun \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ a dhéanamh

1. **Sna Plandaí:**
2. *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_lan*nnóg láir chun cealla plandaí a coimeád le chéile.
3. *b) Magnesiam: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_* a thógáil sa chill planda.

*Bíodh na 4 tastáileacha bhia ar eolas fresin!!!*

1. Tastáil bhia do Stáirse
2. Tastáíl so Lipidí (saillte)
3. Tastáil do Phrotéiní
4. Tastáil do Siúcra Dí-ocsaidiúchán (reducing sugar) mar Glúcóis.