Witaminy-sprawdz sie:)

powodzenia:)

Poziom trudności: Średni

1. Witamina A występuje:
   - A - mleko i produkty mleczne
   - B - wątroba,żółtka,jaja olej rybi
   - C - warzywa zawierające karoten n.p marchewka,dyni i warzywa o zielonych liściach
   - D - każda z opowiedzi jest poprawna

---

2. Zaznacz nie prawidłową odpowied: witamina B12
   - A - występuje tylko w produktach pochodzenia zwierzęcego
   - B - Ścisłe przestrzeganie diety wegetariańskiej prowadzi do niedoboru tej witaminy
   - C - Dzienne zapotrzebowanie tej witaminy wynosi 2,5-8mg
   - D - uczestniczy w metaboliźmie węglowodanów ,białek i lipidów

---

3. Fluor:
   - A - stanowi składnik zębów i kości,chroni przed próchnicą
   - B - wraz z sodem uczestniczy w przekaźnictwie bodźców nerwowych
   - C - składnik wielu enzymów;bierze udział w syntezie białek i wytwarzaniu energii
   - D - składnik wielu aminokwasów,uczestniczy w prosesach oddychania komórkowego

---

4. Witaminy rozpuszczalne w wodzie -należa do nich witaminy z grupy B i witamina C. Jeśli spożywa się je w dużych ilościach,ich nadmiar jest eliminowany przez nerki z moczem.
   - A - prawda
   - B - fałsz

---

5. niedobór witaminy D3 może powodować:
   - A - krzywice lub osteoprozę
   - B - anemie lub hemofilie
   - C - astmę lub zapalenie zatok
   - D - białaczkę

Copyright © 1995-2024 Wirtualna Polska

6. witamina C to inaczej:
   - A - kobalamina
   - B - kwas askorbinowy
   - C - fitomenadion
   - D - retinol

Copyright © 1995-2024 Wirtualna Polska

Witaminy-sprawdz sie:)

powodzenia:)

Poziom trudności: Średni

Karta odpowiedzi

1. D
2. C
3. A
4. A
5. A
6. B

Copyright © 1995-2024 Wirtualna Polska