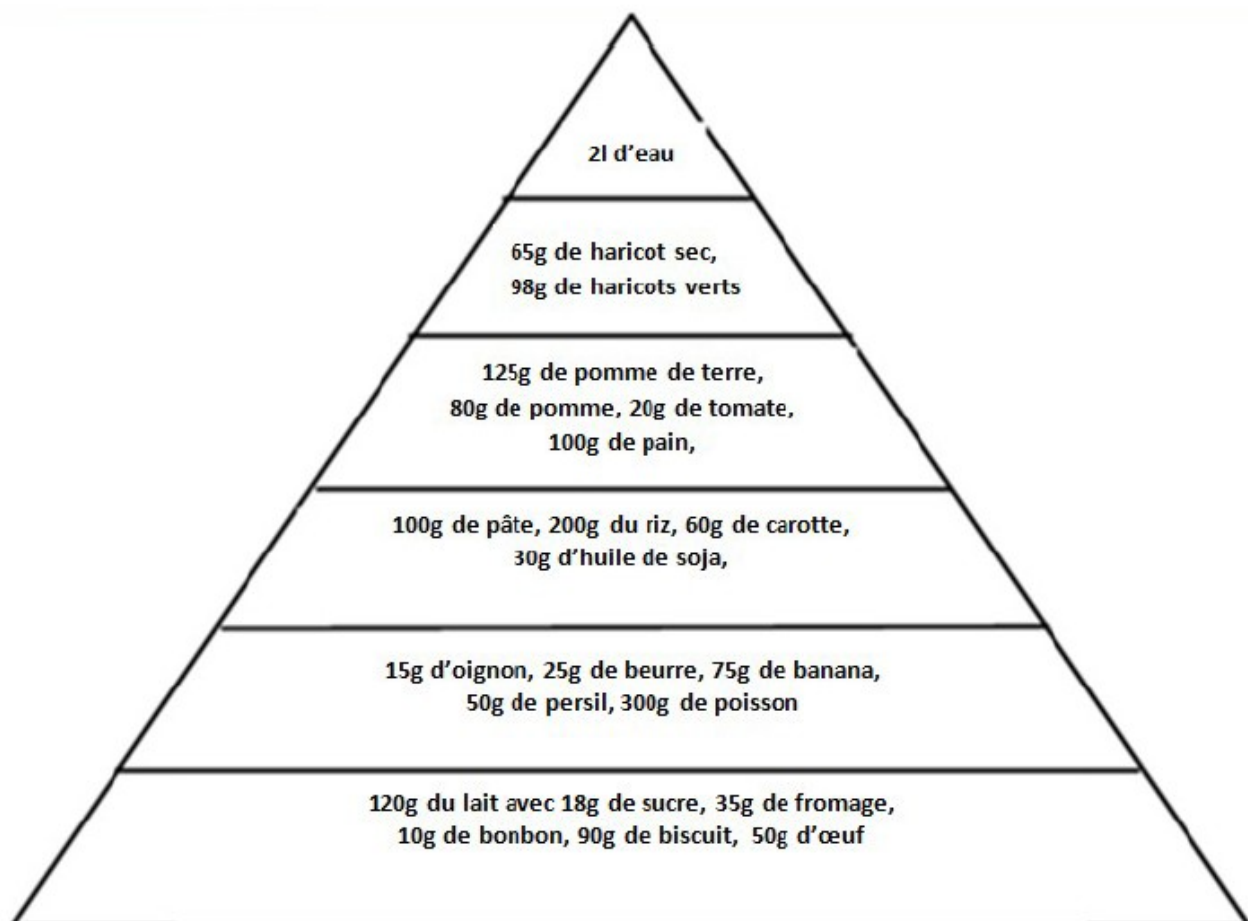


Exemple de ration alimentaire

Une personne soumise à une expérience de 24heures, établit sa ration alimentaire dans la pyramide alimentaire ci-dessous.

- 1- Reproduire cette pyramide et corriger les fautes. Définir alimentation équilibrée.
- 2- Ces aliments, avant d'être utilisés, vont subir une suite de simplifications moléculaires mécaniques et enzymatiques tout le long du tube digestif.
 - a- Comment appelle-t- on ce phénomène?
 - b- Nommer l'aliment qui entre dans l'estomac et déterminer l'action mécanique et enzymatique correspondant. Préciser l'enzyme et la molécule ainsi transformée.
- 3- En utilisant le tableau de composition des aliments, calculer l'énergie reçue par son organisme.
- 4- Calculer sa dépense énergétique si le compteur à gaz montre une diminution de volume d'oxygène égal à 340 litres dans la chambre d'expérience.



Composition des aliments :

100g d'aliment	Protides	Lipides	Glucides
Lait entier	3,5	3,5	5
Fromage	20	24	4
Beurre	0,6	81	0,4
Poisson	17	2	0
Œuf	13	10	0,4
Huile végétale	0	99	0
Pain	8	1	56
Pâte	20	0	20
Riz	2	0,5	20
Pomme de terre	2	0	21
Haricot sec	22	1,5	60
Haricot vert	2,5	0,2	7,4
Tomate	1	0	4
Oignon	2,5	0,5	7,5
Carotte	4	0	10
Pomme	0,3	0	12
Banane	1,5	0	20
Sucre	0	0	99
Biscuit	7	10	72
Bonbon	0,3	0	79