

Ration alimentaire exercice

Une personne a été soumise à une expérience de 24 heures dans une chambre calorimétrique. Pendant son séjour, sa ration alimentaire est composée de :

140g du lait entier

110g du pain

800g du riz cuit

140g de viande de poulet grillée

120g de banane (matière consommable)

130g d'orange (matière consommable)

100g de poisson frit avec 15g d'huile.

80g de concombre avec 10g d'oignon

10g d'huile

20g de tomate

On donne la composition des aliments suivants.

100g d'aliment	Protide	lipide	glucide
Lait entier	3,5	3,5	5
Poulet	21	7	0
Poisson	16	3	0
Riz cuit	3	0	20
Pain	7	0,8	55
Huile	0	99	0
Banane	1,5	0	20
Orange	1	0	9
Oignon	0,5	0,1	1,5
Tomate	1	0	4
Concombre	1	0	2

- 1°) Calculez la quantité de protide, lipide et glucide qu'elle absorbe.
- 2°) Calculer la quantité d'énergie reçue par cette personne pendant l'expérience si la combustion de ses déchets a fourni 900kJ.
- 3°) Pendant l'expérience, la personne a dégagé une quantité de chaleur 8400kJ pour sa respiration, 2350kJ pour la vaporisation de l'eau et elle a dépensé 1900kJ pour le travail musculaire
Calculer sa dépense énergétique totale.
- 4°) Établir son bilan énergétique pendant son séjour dans cette chambre d'expérience