

Tuky (lipidy)

- Jsou estery glycerolu a vyšších mastných kyselin (karboxylové kyseliny) – palmitová, stearová, olejová

Zdroje:

rostliny – slunečnice, mák, len, olivy, řepka, kokos, palma

Živočichové- prase (sádlo)

přežvýkavci (loje)

Trávení: žluč emulguje tuky na drobné kapénky, potom enzym lipáza rozkládá tuky v tenkém střevě

Obezita – nadměrné ukládání tuků. Může být způsobena onemocněním, nebo nevhodnou stravou.

Význam

- Chrání organismus před ztrátou tělesného tepla
- Ochrana vnitřních orgánů (ledviny)
- Zdroj energie + zásobní látka (podkožní vazivo)
- U rostlin v semenech a plodech
- Zdroj vitamínů A, D, E, K.