

Material: Varor, reagensstickor, testbrickor

Vi ser till att blöta upp maten, så att den är flytande, sen doppar man stickan i vätskan i 1 min. Man tar upp stickan och jämför färgen med diagrammet på burken.

Mat	Labb 9/10 Protein Förutsägelse	Labb 9/10 protein Resultat
Ris	nej	ja
Vetemjöl	nej	ja
Äpple	nej	nej
Äggvita	ja	ja
Vetekaka	ja	nej
Torkad lök	nej	nej
kokos	nej	ja
vatten	nej	nej
sirap	nej	nej
matolja	nej	ja
potatismjöl	nej	nej
mjölk	nej	ja

Labb 8: Fett är en bra källa till energi men det finns dåliga fetter. Dåliga fetter lägger sig i blodkärlen och kan skapa blodproppar då blodet inte kan rinna igenom. Man kan testa om det finns fett genom att använda teststickor. Alla människor behöver fett.

**Labb 10:** Vatten är en av kroppens transportmedel, t.ex. för näring eller avfall. C- vitamin är en vitamin som åker ut med urinet. Ifall det inte skulle åka ut så skulle vi bli förgiftade. Svett, som används för att anpassa kroppstemperaturen, består också till stor del av

vatten. Alla kroppens kemiska förbindningar behöver också vatten, enligt texten. Vatten behövs också vid förbränning (cellandning).

Innehåll	Vara	Labb 11 förutsägelse	Labb 11 resultat
Fett	Marshmallow	ja	ja
Protein	Marshmallow	ja	ja
Glukos	Marshmallow	ja	ja
Stärkelse	Marshmallow	nej	nej
Fett	Marshmallow	ja	ja

I labb 11 gjorde vi en sorts repetition på alla olika sätt att undersöka näringsämnen. Vi använde Jod som reagensämne för stärkelse (kolhydrat), vi använde teststickor för både glukos och protein, och vi använde bruna pappersark för att testa om det fanns fett i.

#### Labb 12:

Innehållsförteckningar berättar exakt vad en vara innehåller, vilket är användbart för människor som t.ex. är allergiska.

Ibland finns det ord eller mått som man inte förstår när man läser en innehållsförteckning, t.ex. kJ (vi vet nu att det betyder kilojol, men det visste vi inte förut), annars finns det ord som maltextrakt som är svåra att förstå. I de tidigare uppgifterna har vi skapat en egen innehållsdeklaration, genom att undersöka vilka näringsämnen matvarorna innehåller. I innehållsdeklarationen kan man också ta reda på vilka mineraler som maten innehåller.  
Mineraler