

**Jaunākās atziņas par
pārtiku**

Kas ir jaunā pārtika?

- **Tas ir jebkurš produkts, kas ES lielā apjomā nav izmantots cilvēku uzturā līdz 15.05. 1997.**

**Lai reģistrētu jaunās pārtikas
produktu, valstij jāpierāda:**

- **Ka tas neapdraud veselību**
- **Tā sastāvs nemaldina patērētāju**
- **Garantē, ka nebūs negatīvu blakņu**

Statistika

- **I vietā Lielbritānija**
- **Īrija , Nīderlande**
- **Latvija (0)**

Biežāk sastopamie jaunie produkti

- **Godži ogas**
- **Čia sēklas**
- **Kvinoja**
- **Amarants**
- **K2 vitamīns**
- **Bezglutēna produkti u.c.**

Godži ogas



**Ļoti spēcīgs antioksidants, uzlabo
nieru veselību.**

Izcelsme- Tibeta, Sibīrija

Amarants



Amarants - graudaugs

- **Dienvidamerika, audzē Ķīnā, Indijā Eiropā**
- **Satur D, C, E, A vitamīnu, Fe, Mn, Mg, P, K, Ca, Zn**
- **Bezglutēna produkts**

Kvinoja



Čia sēklas



Čia sēklu sastāvs

- Izcelsme- Centrālā un Dienvidamerika

Sastāvā:

- **Olbaltumvielas**
- **Aminoskābes**
- **Omega-3 taukskābes**
- **Ca (5x vairāk nekā piena pārtikā)**
- **Nesatur glutēnu un holesterīnu**

K₂ vitamīns

Esiet veseli un laimīgi!

Kīmijas un bioloģijas skolotāja A. Kudure