تستعمل الاغذيه التي تتناولها من اجل النشاط او البناء او الصيانه يمكننا تصنيف الاغذيه حسب دورها الى واحد اغذيه بناء وهي الاغذيه التي تستعمل من اجل نمو صيانه العضويه وتتمثل في البروتينات الماء الاملاح المعدنيه والفيتامينات اثنين اغذيه الطاقه هي الاغذيه التي توفر للعضويه الطاقه اللازمه لنشاطاتها وتتمثل في الغلوسيدات والليبيدات الدسم

lakhasly.com © تم تلخيص النص بواسطة موقع لخصلي