

Odbył się planowany wykład z **dr. Ryszardem Kowalskim** pracownikiem naukowym wydziału Technologii Żywności z **Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu**, przeznaczony był on dla klas III i IV technikum żywienia, technik kucharz i technikum usług gastronomicznych. Wykład ukierunkowany był na nowe trendy w żywieniu – żywność wygodną i ekologiczną.

Zobaczyliśmy jakie są aktualne kierunki rozwoju żywności i jak zacznie zmieniać się piramida żywienia jak nie zaczniemy myśleć co nakładamy na talerz !!!!! Czas przypomnieć sobie jak ta piramida wygląda.

- Produkty, które powinny być podstawą naszej diety są umieszczone na dole piramidy;
- Im niższe piętro piramidy tym więcej porcji danych produktów powinniśmy spożywać
- Podstawą naszego wyżywienia powinny być produkty zbożowe, natomiast najmniej w ciągu dnia powinniśmy spożywać produktów tłuszczowych.

