

Matheus Bloch.....RA: 8474475
Rafael Braga.....RA: 1886076
Hiego dos Santos.....RA: 8567043
Louis Layne.....RA: 8491102

Segue os folders que montamos sobre o leite.

Diferença dos Leites



LEITE INTEGRAL

(100ml)

● leite integral é um leite rico em gordura saturada (3%) e é uma boa opção para crianças e adolescentes em fase de crescimento e que precisam de uma dieta rica em vitaminas e sais minerais. 50 ml de água; 22 ml de proteína; 22 ml de gorduras totais; 2 ml de carboidratos; 505 mg de cálcio; 0,44 mg de ferro; 627 mg de sódio; 3 mg de zinco; 300 kcal.

LEITE DESNATADO

(100ml)

● leite desnatado possui 0,5% de gordura, sendo classificado como um leite magro, já que não possui quase nada de gordura. 90 ml de água; 4 ml de proteína; 0,25 ml de gorduras totais; 5 ml de carboidratos; 129 mg de cálcio; 0,05 mg de ferro; 53 mg de sódio; 0,41 mg de zinco; 37 kcal.

LEITE SEMIDESNATADO

(100ml)

leite semidesnatado ou leite em pó desnatado possui uma quantidade menor de gorduras saturadas (2,9% a 0,6%) e um valor calórico menor do que o leite integral. 89 ml de água; 3 ml de proteína; 1,98 ml de gorduras totais; 4,8 ml de carboidratos; 120 mg de cálcio; 0,02 mg de ferro; 47 mg de sódio; 0,48 mg de zinco; 50 kcal.

dicasdemulher.com.br/



Leite de caixinha

- Vendido em caixinhas revestidas de alumínio (do tipo Tetra Pak).
- Passa por um processo de aquecimento, sendo sua esterilização comercial ou UHT (ultra high Temperature) de 135° a 140°C pelo tempo de 2 a 3 segundos.
- Isso faz todos os micro-organismos serem eliminados, inclusive aqueles que são saudáveis.
- Com essa temperatura ocorre uma perda bem maior de nutrientes.
- Dura muito mais que o leite de saquinho/garrafa.



Leite de saquinho/pausterizado

- É o leite natural, integral, desnatado ou semi-desnatado que sofre tratamento térmico suave comparado ao UHT (ultraprocessado).
- Existem 2 tipos de pasteurização, lenta e rápida.
- A lenta ocorre á 65°C por 30 minutos
- E a rápida é realizada à 75°C pelo tempo de 15 segundos, isso garante a destruição de bactérias patogênicas.
- Esse processo faz o leite se tornar seguro para o consumo, em um prazo de validade menor que o leite UHT, por isso deve ser conservado refrigerado ainda fechado.