

108 上「食品營養與健康」第一次作業

共計 4 題，每題 25 分，共計 100 分

1. 請說明補充膳食纖維、魚油、 β -胡蘿蔔素、與維生素 C 的功效。
2. 請說明醣類相關的營養與健康問題為何？
3. 請說明蛋白質的生理功能。
4. 請說明影響鈣質吸收的因素？以及促進與抑制鐵質吸收的因素？