

Potrava

- Všechny materiály sloužící k výživě lidí (zemědělské produkty, zvířata, rostliny)
- Výživa lidí - **poživatina**
- Výživa zvířat - **krmivo**

Poživatiny

- Materiály sloužící k potravě lidí
- Potraviny, nápoje, pochutiny, lahůdky
- **Potraviny** - dodávají energii a živiny
- **Pochutiny** - pro splnění psychologických potřeb (koření, káva, čaj) - zanedbatelný zdroj živin
- **Nápoje** - slouží k uhašení žízně
- **Lahůdky** - pro senzorickou hodnotu + výživová hodnota a energie

Pokrm

- Potravina upravená pro konzumaci
- Jablko - pokrm i potravina
- Brambor, syrové maso - potravina

Jídlo

- Soustava chodů, konzumující se během dne
- Např. snídaně, svačina, oběd...
- Sestava jídel - jídla konzumovaná v jeden den či v časovém intervalu

Strava

- Vše, co člověk sní za den či jiný časový úsek
- Na rozdíl od potravy je strava vše co zkonsumujeme
- Mezinárodní terminologie - dieta
- **Jídelníček** - plán stravy na určité časové období
- **Jídelní lístek** - sestava či seznam pokrmů nabízených v zařízeních stravovacích služeb

Výživová jakost potravin

- **Fyziologická hodnota** - obsah živin a dalších složek
- **Psychická hodnota** - obliba a senzorická jakost potravy, vliv prostředí při konzumaci - ovlivňuje trávení, vstřebávání
- **Sociální vlivy** - působení členů skupiny, v níž spotřebitel žije, vliv rodičů a předchůdců, tradice
- **Shoda s životní filozofií člověka a společnosti** - zákaz požívání některých pokrmů, odmítání některých typů potravin