

ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΘΕΜΑ: **Θρεπτικά συστατικά**

ΤΜΗΜΑ:

ΕΠΩΝΥΜΟ/ΟΝΟΜΑ:

3^η Ομάδα

Α. Να υπολογίσετε τις θερμίδες των παρακάτω τροφίμων, βάσει της θερμιδικής αξίας των θρεπτικών τους συστατικών.

Κρουασάν με γέμιση πραλίνα σοκολάτας (1 τεμάχιο/80gr):



Ενέργεια και θρεπτικά συστατικά	Ανά μερίδα (30 gr)
Θερμίδες (Kcal)	 Kcal
Λίπος εκ του οποίου κορεσμένα	22,4 g 11,2 g
Υδατάνθρακες εκ των οποίων σάκχαρα	33,6 g 15,2 g
Πρωτεΐνες	5,6 g
Αλάτι	0,4 g