

ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΘΕΜΑ: Θρεπτικά συστατικά

ΤΜΗΜΑ:

ΕΠΩΝΥΜΟ/ΟΝΟΜΑ:

1^η Ομάδα

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

Πατατάκια (100 gr):



Ενέργεια και θρεπτικά συστατικά	Ανά μερίδα (30 gr)
Θερμίδες (Kcal)	 Kcal
Λίπος εκ του οποίου κορεσμένα	34,1 g 4,8 g
Υδατάνθρακες εκ των οποίων σάκχαρα	48,3 g 0,6 g
Πρωτεΐνες	6,3 g
Αλάτι	1,7g