

Temat: Odżywianie – zadania praktyczne.

W zadaniach dotyczących odżywiania wykorzystamy następujące umiejętności:

- przeliczanie jednostek masy, objętości, kalorii;
- wykonywanie działań na ułamkach dziesiętnych.

Zapisz w zeszycie:

$$1 \text{ kg} = 100 \text{ dag}$$

$$1 \text{ kg} = 1000 \text{ g}$$

$$1 \text{ dag} = 10 \text{ g}$$

$$1 \text{ g} = 1000 \text{ mg (miligramy)}$$

$$1 \text{ dag} = 0,01 \text{ kg}$$

$$1 \text{ g} = 0,001 \text{ kg}$$

$$1 \text{ g} = 0,1 \text{ dag}$$

$$1 \text{ mg} = 0,001 \text{ g}$$

$$1 \text{ l} = 1000 \text{ ml (mililitry)}$$

$$1 \text{ kcal} = 1000 \text{ cal (kalorie)}$$

$$1 \text{ ml} = 0,001 \text{ l (litry)}$$

$$1 \text{ cal} = 0,001 \text{ kcal (kilokalorie)}$$

W kilokaloriach, kaloriach podaje się wartość energetyczną produktów spożywczych.

Otwórz podręcznik i przeczytaj uważnie treść zadania 1 str. 211

- a) mamy wyznaczyć wartość energetyczną 20 dag chudego białego sera.

Zwróć uwagę, że w tabeli podano wartości energetyczne produktów o masie 100g.

Odczytujemy z tabeli, że 100 g sera ma wartość energetyczną 100 kcal.

$$100 \text{ g} - 100 \text{ kcal}$$

$$20 \text{ dag} = 200 \text{ g (masa sera)}$$

$$200 \text{ g} - 200 \text{ kcal (wartość energetyczna sera)}$$

- b) jajko – 50 g

Odczytujemy z tabeli, że 100 g jajek ma wartość energetyczną 140 kcal.

$$\text{Jajko o masie } 50 \text{ g} - 140 \text{ kcal} : 2 = 70 \text{ kcal}$$

- c) jabłko o wadze 15 dag

$$15 \text{ dag} = 150 \text{ g}$$

$$100 \text{ g jabłka ma } 46 \text{ kcal}$$

$$50 \text{ g} - 46 : 2 = 23$$

$$150 \text{ g} - 46 + 23 = 69 \text{ kcal}$$

d) pomidor o wadze 120 g

$$100 \text{ g} - 25 \text{ kcal}$$

$$20 \text{ g} - 25 : 5 = 5 \text{ kcal}$$

20 g to jedna piąta 100 g

$$120 \text{ g} - 25 + 5 = 30 \text{ kcal}$$

Wykorzystajcie umiejętności dotyczące przeliczanie jednostek oraz działań na liczbach naturalnych i ułamkach dziesiętnych do wykonania zadań znajdujących się w zeszyte ćwiczeń str. 159 i 160.

Rozwiązania proszę przesłać do 28 maja.

Pozdrawiam.

p. Ewa Gniłka