

ŽE PAMOKA 3

Priedas Nr. 2. Užduoties lapas 1. Produktų tūris ir kalorijos.

Užduotis:

1. Pasigaminkite iš plastelino/modelino rutuliukus, kurių dydis atitinka pateiktą produktų 50 kcal energinę vertę (rutuliukų dydis parodytas grafoje TŪRIS).
2. Iš pasigamintų rutuliukų suformuokite (sulipdydami į vieną) užkandžius, kurių energinė vertė 200 kcal., sudarytus iš:
 - a - sausainių, sūrio, kepintų riešutų, migdolų ar šokoladinio batonėlio;
 - b – bananų, morkų, obuolių, kopūstų.



Užduotis:

1. Pasigaminkite iš plastelino/modelino rutuliukus, kurių dydis atitinka pateiktą produktų 50 kcal energinę vertę (rutuliukų dydis parodytas grafoje TŪRIS).
2. Iš pasigamintų rutuliukų suformuokite (sulipdydami į vieną) užkandžius, kurių energinė vertė 200 kcal., sudarytus iš:
 - a - sausainių, sūrio, kepintų riešutų, migdolų ar šokoladinio batonėlio;
 - b – bananų, morkų, obuolių, kopūstų.



Užduotis:

1. Pasigaminkite iš plastelino/modelino rutuliukus, kurių dydis atitinka pateiktą produktų 50 kcal energinę vertę (rutuliukų dydis parodytas grafoje TŪRIS).
2. Iš pasigamintų rutuliukų suformuokite (sulipdydami į vieną) užkandžius, kurių energinė vertė 200 kcal., sudarytus iš:
 - a - sausainių, sūrio, kepintų riešutų, migdolų ar šokoladinio batonėlio;
 - b – bananų, morkų, obuolių, kopūstų.



Užduotis:

1. Pasigaminkite iš plastelino/modelino rutuliukus, kurių dydis atitinka pateiktą produktų 50 kcal energinę vertę (rutuliukų dydis parodytas grafoje TŪRIS).
2. Iš pasigamintų rutuliukų suformuokite (sulipdydami į vieną) užkandžius, kurių energinė vertė 200 kcal., sudarytus iš:
 - a - sausainių, sūrio, kepintų riešutų, migdolų ar šokoladinio batonėlio;
 - b – bananų, morkų, obuolių, kopūstų.
3. Palyginkite gautus rutuliukus (užkandžius) tarpusavyje.

3E PAMOKA 3

Priedas Nr. 2. Užduoties lapas 2. Produktų tūris ir kalorijos.

Sausainiai su šokolado pertepimu About 50 kcal ~11g		Kepinti südyti žemės riešutai About 50kcal ~7g	
Migdolai About 50 kcal ~8g		Šokoladinis batonėlis „Snickers“ About 50 kcal ~10g	
Fermentinis sūris (45 riebumo) About 50 kcal ~14g			
Bananas About 50 kcal ~56g			
Obuolys About 50 kcal ~125g			
Morka About 50 kcal ~150g			
Kopūstai About 50 kcal ~150g			