

VIII.A.2.10. GYŰJTEMÉNY/ 3. ŰRLAP

Mit ettünk ebédre?

| | |
|--|--|
| A csoport tagjainak neve, akik az ételt leírják: | |
|--|--|

Az ebéd megnevezése:

A vásárlási lista:

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.

| | |
|--|--|
| A csoport tagjainak neve, akik az étel energia- és tápanyagtartalmát megadják: | |
|--|--|

| Az élelmiszer neve és mennyisége | energiatartalma (1 kcal = 4,2 kJ) | | fehérjetartalma (g) | szénhidrátartalma (g) | zsírtartalma (g) |
|----------------------------------|-----------------------------------|----|---------------------|-----------------------|------------------|
| | kcal | kJ | | | |
| 1. | | | | | |
| 2. | | | | | |
| 3. | | | | | |
| 4. | | | | | |
| 5. | | | | | |
| 6. | | | | | |
| 7. | | | | | |
| 8. | | | | | |

| | |
|---|--|
| A csoport tagjainak neve, akik az élelmiszerekben lévő szerves anyagok elemi összetételét megadják: | |
|---|--|

| Az élelmiszer neve | A benne lévő szerves anyag elemi összetétele |
|--------------------|--|
| 1. | |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| 8. | |