

1. skupina:

- Pročitaj deklaracije s ponuđenih napitaka te odgovorite na pitanje:

Sadrže li izabrane namirnice šećer?

Pretraživanjem interneta istraži koji se sve šećeri koriste kao zaslađivači.

Zapišite najvažnije.

2. skupina:

- Prikažite stupčastim dijagramom količine šećera u 100 ml proizvoda.

- Izrazite postotkom iznos šećera u 100 ml odabranog proizvoda.

- Izmjerite izračunatu masu šećera po napitku i stavite tu količinu šećera u vrećice.

3. skupina:

- Preporučeni dnevni unos kalorija za djecu školske dobi je 2000 kcal. Optimalni dnevni unos šećera u organizam trebao bi biti manji od 10% ukupnog dnevnog energetskeg unosa.

a) Koliki je optimalni dnevni unos šećera u kcal?

b) Koliko ste grama šećera unijeli u organizam ako ste pojeli veliku vrećicu čipsa (65 g) kojeg ste umakali u Ketchup (15 g) i popili 0.5 i Coca Cole? Odvaži tu količinu šećera zasebno za svaku namirnicu. Koliko je to ukupno grama šećera?

c) Energetska vrijednost 1 grama šećera je 4 kcal. Kolika je energetska vrijednost vrećice čipsa, Ketchup-a i Coca Cole?

d) Jeste li zadovoljili dnevnu potrebu za unosom šećera?

4. skupina:

Napišite naslov i cilj radionice na hamer papir. Izrežite slike analiizanih pića i zalijepite ih na hamer papir.

Objedinite spoznaje svih skupina i rezultate istraživanje prikažite plakatom.