

Математическая грамотность. Школьный завтрак. 6 класс

Упражнение 1.

Шестиклассница Вика отказалась ходить на завтраки в школе, заявив, что там невкусная еда и что ей хватает питательных батончиков. Папа Егор Викторович с дочерью не согласился и предложил ей посмотреть на состав батончика и продуктов из школьного меню и сравнить их энергетическую ценность (количество энергии, которое получает организм от переваривания пищи).

Для начала они решили проанализировать энергетическую ценность блюд, продуктов и напитков, составляющих один завтрак в школьной столовой.

Посмотри на таблицу и выполни задания.

| Блюдо/ продукт | Масса порции, г | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------|-----------------------|------------------|------------|----------------|----------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Бутерброд с сыром | 30 | 4,6 | 4,9 | 7,7 | 93,9 |
| Каша «Дружба» | 200 | 6,2 | 10,0 | 26,8 | 224,0 |
| Какао с молоком | 200 | 3,2 | 3,4 | 12,3 | 100,5 |
| Батон обогащён- ный | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 |
| Йогурт | 125 | 3,5 | 3,1 | 5,6 | 70,6 |

1. Посчитай общую энергетическую ценность одного завтрака в школьной столовой.

Запиши в поле ответа верное число, округлённое до целого

Ответ: ккал.

2. Индивидуальная суточная норма для Вики - 2050 ккал. Вычисли, сколько процентов от этой нормы составляет завтрак в школьной столовой.

Запиши в поле ответа верное число

Ответ: %.

Упражнение 2.

Затем Вика с папой взяли для сравнения любимый батончик девочки. Посмотри на его состав и энергетическую ценность и выполни задания.

Батончик «Энергия»

Состав: хлопья (овсяные, кукурузные), сахар, патока, фрукты и ягоды (яблоко, изюм, курага), масло растительное, сок апельсиновый, витамины (С, РР (ниацин), Е, В5 (пантотеновая кислота), В2 (рибофлавин), В6, В1 (тиамин), А, В9 (фолацин), Н

(биотин), D3, B12), кофеин, куркума, подсластитель (сорбит), антиокислители (лимонная кислота, лецитин соевый), ароматизатор, консерванты (сорбат калия, бензоат натрия).

Вес: 50 г.

Белки (на 100 г): 5,5 г.

Жиры (на 100 г): 7 г.

Углеводы (на 100 г): 62 г.

Энергетическая ценность (на 100 г): 328 ккал.

Определи энергетическую ценность одного батончика.

Запиши в поле ответа верное число.

Ответ: ккал