

INTERPRETA UNA ETIQUETA (Iª PARTE)

Chocolate

Cereales

5

300 g 6

Ingredientes: maíz 60 %, azúcar, cacahuetes 7 %, miel 2 %, aroma de malta de cebada, melazas, sal.

Vitaminas y minerales: niacina, vitaminas B6, B2, B1, B12 y ácido fólico, hierro, calcio.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	Por 100 g
VALOR ENERGÉTICO	1701 kJ 402 kcal
PROTEÍNAS	6 g
HIDRATOS DE CARBONO	
Azúcares	35 g
Almidón	47 g
GRASAS/LÍPIDOS	
Saturadas	0,9 g
FIBRA ALIMENTARIA	2,5 g
SODIO	0,35 g
SAL	0,9 g
VITAMINAS Y MINERALES	* %CDR
Niacina	13,6 mg 85 %
Vitamina B6	1,13 mg 81 %
B2 (riboflavina)	1,21 mg 86 %
Ácido fólico	145 µg 73 %
B1 (tiamina)	0,9 mg 83 %
Hierro	8,0 mg 57 %

*% CDR= % Cantidad diaria recomendada.

Fecha de elaboración: 15-10-2014

Fecha de consumo preferente: 26-06-2015

Conservar en un lugar fresco y seco.

1

2

3

4

¿QUÉ REPRESENTAN LOS NÚMEROS?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____

¿CUÁL ES EL PRINCIPAL INGREDIENTE DE ESTE PRODUCTO?

_____ ¿EN QUE PORCENTAJE SE ENCUENTRA?

¿CONTIENEN ALGÚN ADITIVO ESTE ALIMENTO? _____

¿CUÁL ES EL PESO NETO DE ALIMENTO EN ESTE PRODUCTO? _____

¿EN QUÉ UNIDADES VIENE LA CANTIDAD DE ENERGÍA? _____

¿QUÉ CANTIDAD DE PROTEÍNAS CONTIENE UNA CAJA DE ESTE PRODUCTO?

¿QUÉ FUNCIÓN DESEMPEÑA ESTE ALIMENTO EN NUESTRO ORGANISMO?

¿A QUÉ GRUPO DE ALIMENTOS PERTENECE? _____

¿CUÁL ES EL NUTRIENTE PRINCIPAL DE ESTE ALIMENTO? _____

¿CREES QUE CONTIENE MUCHAS VITAMINAS? _____

¿CUÁL ES EL PRINCIPAL ATRACTIVO DE ESTE ALIMENTO? _____