

Biomateriales

Comparando

Vamos a comparar dos alimentos, para ello vamos a ver la información nutricional de cada uno.

Chocolate muy conocido de paquete violeta.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL / DECLARAÇÃO NUTRICIONAL

	Por 100 g producto / produto preparado**	Por ración / porção** (47,5 g)
Valor energético / Energia	1700 kJ 405 kcal	808 kJ 194 kcal
Grasas / Lípidos	23,0 g	11,0 g
de las cuales: saturadas / dos quais ácidos gordos saturados	9,0 g	4,3 g
Hidratos de carbono	41,5 g	19,5 g
de los cuales: azúcares / dos quais açúcares	31,0 g	14,5 g
Fibra alimentaria / Fibra	2,3 g	1,1 g
Proteínas	7,4 g	3,5 g
Sal	0,86 g	0,41 g

Bizcochos de un paquete rojo y blanco, don s...

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Porción= 30 g (6 Bizcochos)

	Cantidad por porción	% VD por porción
Valor Energético	155 kcal = 651 kJ	8
Carbohidratos	16 g	5
Proteínas	2,7 g	4
Grasas Totales	8,9 g	16
Grasas Saturadas	4,1 g	19
Grasas Trans	0,5 g	---
Fibra Alimentaria	0 g	0
Sodio	170 mg	7

(*) %Valores diarios con base a una dieta de 2.000 kcal u 8400 kJ.
Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas.

Respondemos:

¿Son considerados alimentos el chocolate y los bizcochos?

¿La dieta en base a cuántas calorías dice el paquete de bizcochos? kcal

¿Aportan vitaminas ambos alimentos?

Completo el siguiente cuadro comparativo

Por porción los datos	Chocolate	Bizcocho
Valor energético en kcal	kcal	kcal
Carbohidratos o hidratos de carbono	g	g
Fibra	g	g
Proteínas	g	g
Grasas totales	g	g
Sodio/ sal	g	mg