

ESCUELA SECUNDARIA TÉCNICA N. 38



Nombre: _____

Grado: _____ Grupo: _____

**Analiza la etiqueta de información
nutrimental y contesta**

Información nutrimental		
Tamaño de la porción 1/4 de taza (110 g)		
Porciones por envase 8		
Cantidad por porción		
Calorías 100	Calorías de las grasas 20	
Valor diario*		
Grasa total	1.8 g	
Grasas saturadas	0.9 g	
Grasas trans	0.9 g	
Colesterol	0.01 g	
Sodio	0.3 g	
Total de carbohidratos		
Fibra	0%	
Azúcares	3.8 g	
Proteína		
Vitamina A 0%	*	Vitamina C 0%
Calcio 8%	*	Hierro 0%
*Los porcentajes de valores diarios se basan en una dieta de 2 000 calorías		

6.- ¿Cuánto colesterol tienen cinco porciones?

7.- ¿Cuánto sodio hay en nueve porciones?

8.- ¿Qué operaciones efectuaste para contestar las preguntas anteriores?

9.- ¿Qué unidades de medida se usan en la tabla?

10.- ¿Qué operaciones llevas a cabo para cambiar una fracción a número decimal?

1.- Escribe las fracciones y los números decimales que encuentres en la etiqueta.

2.- ¿A cuántas tazas equivalen cinco porciones?

3.- ¿A cuántas tazas equivalen siete porciones?

4.- ¿Cuánta grasa saturada tienen tres porciones?

5.- ¿Qué cantidad de azúcar tienen cinco porciones?

