

Nombre del alumno: _____

6. Lee la siguiente etiqueta de galletas integrales de manzana y contesta las preguntas.

a) ¿Cuántos gramos de proteína tienen 200 gramos de galletas?

Procedimiento:

Respuesta:

b) Si Claudia come 50 gramos de galletas, ¿cuántos gramos de carbohidratos consume?

Procedimiento:

Respuesta:

INFORMACIÓN NUTRIMENTAL por 100g

Contenido energético	422.95 kcal
Proteínas	7.35 g
Grasas (lípidos)	17.87 g
Carbohidratos	58.18 g

► Lee la información de la etiqueta y contesta las preguntas.

Mermelada de fresa

Información nutricional:

Contenido neto	270 g
Tamaño de la porción	30 g
Número de porciones	9

Una porción aporta:

Contenido energético	76.8 Kcal
Proteínas	0 g
Grasas	0 g
Carbohidratos	19.2 g
Sodio	0 mg



Ingredientes: fresa, azúcares, ácido cítrico, pectina y 0.1% de benzoato de sodio como conservador.



1. ¿Qué significa la abreviatura Kcal? _____
2. ¿A cuánto equivale el 0.1% de benzoato de sodio con respecto al contenido neto? _____
3. ¿A cuántos gramos equivalen 7 porciones? _____
4. ¿Cuántos carbohidratos en total tiene el producto? _____