Projekt **Nakarmić** (Masz do wyboru dwie wersje zadania)

NaCoBeZu projektu NAKARM

- znam i umiem przeliczyć jednostki

- umiem wyszukać informację

- umiem wykonać działania na kalkulatorze

**1 wersja „Zrób, nakarm, policz”**

**Zrób** ciastka PI, które piecze się 14 marca. Ciekawe dlaczego?

*Przepis:*

*2 szklanki mąki*

*250g margaryny*

*0,5 szklanki piwa*

*0,5 łyżeczki proszku do pieczenia*

Składniki zagnieść, żeby połączyły się w jednolitą masę. Wstawić do lodówki na 2 godziny.

Rozwałkować, wycinać szklanką kółeczka.

Piec do zarumienienia około 10-15 minut.

Z *cukru pudru* *i niewielkiej ilości gorącej wody* zrobić lukier. Polukrować ciasteczka. Na jednym, na cześć liczby pi, narysować lukrem symbol liczby.

Zanim **nakarmisz** rodzinę, koniecznie policz, ile upiekłeś ciastek.

**Policz:**

Znajdź w internecie ceny produktów i ich wartość kaloryczną (musisz przeliczyć, bo podają wartości dla 100g produktu).

Przykład tabelki. Uzupełnij i odpowiedz na pytania (zapisz obliczenia)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Ciasteczka PI | | | | |
| Nazwa produktu | ilość | cena | Ile kosztuje produkt | Wartość kaloryczna |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Razem |  | -------------- |  |  |

Ile kosztują wszystkie ciasteczka………………………………………....

Ile kosztuje jedno ciasteczko?……………………………………………..

Jaką wartość kaloryczną ma jedno ciasteczko?........................

Jak rodzina oceniła Twoje wypieki……………………………………….

**2 wersja „Zjedz, zapisz, policz”**

Wstajesz rano i jak tylko coś **zjesz** notujesz w tabelce (cały dzień).

Nie wpisuj kanapka z masłem szynką, serem. Tylko wpisz chleb, dopisz ile waży, masło, ile waży, szynka ile waży….

**Zapisz** *w tabelce (przykład)*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Zjadłem w dniu….. | | | | |
| Nazwa produktu | Ilość, waga | cena | Ile kosztuje produkt | Wartość kaloryczna |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Razem |  | -------------- |  |  |

**Policz:**

Znajdź w internecie ceny produktów i ich wartość kaloryczną (musisz przeliczyć, bo podają wartości kaloryczne dla 100g produktu). Zwróć uwagę na jednostki.

Odpowiedz na pytania ;

Ile zjadłeś w ciągu dnia? (w gramach)………………………………….………………

Ile kosztowało jedzenie w danym dniu?………………………………..……………….

Jaką, Twój posiłek, miał wartość odżywczą (w kcal)……………………………….