

Opgave 8 i fitness-noten

Opgave 8 (Vejet gennemsnit)

Ulrik får til morgenmad 60g cornflakes med 3dl letmælk (300g) og 20g sukker.

- a) Lav en tabel á lá den i afsnit 6. Hvad er den totale energi i måltidet?
- b) Bestem den gennemsnitlige fedtenergiprocent.
- c) Tror du det er et fornuftigt måltid? Kan du forbedre det?

Produkt	Masse (g)	Energi (kJ)	Andel af energien	fedtenergiprocent
Cornflakes				
Letmælk				
Sukker				
Totalenergi (kJ):				