

OPDRACHTKAART 2

Koeken



Opdracht 1:

Welke koek vind jij lekker?

Kun je een gezondere koek vinden?

Ja Nee

Zo ja, waarom denk je dat deze koek gezonder is?

Neem de koeken mee naar de nabespreking.

Opdracht 2:

Zoek in dit schap een koek of een reep met een logo of tabel zoals in de plaatjes hieronder. De getallen mogen anders zijn.



Zoek naar energie of kcal.

Welk getal en percentage (%) staat er bij 'energie' of 'kcal'? kcal %

Wat denk je dat het percentage betekent?

Dit betekent dat:

Er staat in de tabel of boven het logo ook wat een portie is.

Wat staat er op jouw koek of reep?

Een portie is:

Klopt dit met hoeveel jij zou eten van deze koek of reep?

Ja Nee

Neem de koek of de reep mee naar de nabespreking.