

Zoutjes



Opdracht 1:

Je ziet heel veel soorten zoutjes, chips, pinda's, zoute koekjes, borrelnootjes...
Zoek drie soorten zoutjes, waaraan zout is toegevoegd

Hoeveel zout zit er in deze producten?

1. per 100 gram: gram zout
2. per 100 gram: gram zout
3. per 100 gram: gram zout

Kun je iets vinden ZONDER toegevoegd zout?

Ja Nee

Zo ja, wat heb je gevonden?

Neem alles mee naar de nabespreking.

Opdracht 2:

Kies twee zakken chips (naturel) van hetzelfde merk:

- 1x gewone
- 1x light

Waarom noemen ze de light chips 'light'? Kijk op het etiket en vul in:

Het heet light chips omdat er minder in zit dan in gewone chips.

Hoeveel calorieën scheelt dit per portie?

In gewone chips zit kcal per portie.

In light chips zit kcal per portie.

Neem de chips mee naar de nabespreking.