

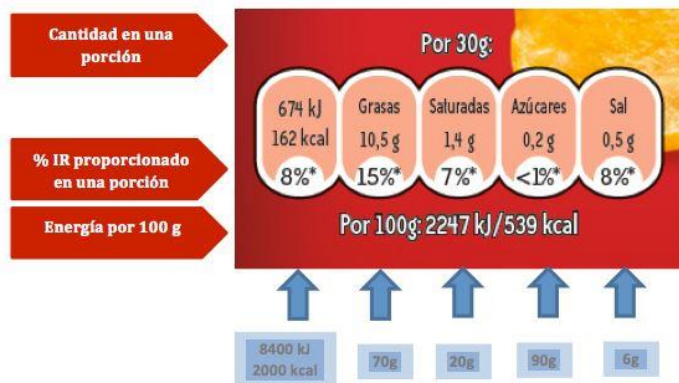


ABANS DE COMENÇAR...

Us agraden les patates fregides de bossa? En mengeu sovint? Creieu que són saludables? Heu mirat mai les etiquetes de la seva composició? Us heu fixat si els envasos duen semàfors nutricionals?

QUÈ ENS DIU EL PROBLEMA?

Són bones aquestes patates?



En el revers de la bossa de patates que acabeu de comprar hi ha la informació nutricional que veieu.

Us interessa saber si la quantitat de grasses, grasses saturades, sucres i sal són saludables o no.



Buscant per internet, hem trobat aquesta cartilla informativa.

Font: <http://webarchive.nationalarchives.gov.uk/+http://www.food.gov.uk/northern-ireland/nutritionni/niyoungpeople/survivorform/bestreadbefore/signposting>

Compareu si els components que conté la vostra bossa de patates estan a un nivell saludable, mitjanament saludable o molt poc saludable i elaboreu el semàfor nutricional del producte. Un cop l'hagueu elaborat, decidiu si compraríeu la bossa o no i digueu el perquè.

Aclariments: El semàfor nutricional es basa en un sistema de colors: verd-baixa quantitat (l'aportació és menys del 7,5% de l'IR= Ingesta de Referència), taronja-quantitat mitjana (entre el 7,5% i el 20%) i vermell-quantitat alta (més del 20%).



DADES
PLANIFICACIÓ
RESOLUCIÓ
ELABORACIÓ DE RESPOSTES
REVISIÓ FINAL
Reflexionem: Hem donat resposta a totes les preguntes plantejades? Hi ha algun aspecte que se'ns ha passat per alt? Quin? Hem seguit la planificació feta? Quins canvis hem fet? Hem elaborat una bona argumentació? Som capaços d'explicar-la als altres? S'entén?
ACTIVITATS COMPLEMENTÀRIES
Visiteu la pàgina web d'on heu obtingut la cartilla. Creieu que és una pàgina fiable? Quins elements us ho fan pensar? Si visiteu la 2a pàgina que es cita, veureu que es fa una anàlisi nutricional exhaustiva de les patates fregides. Destaqueu alguna informació que us cridi l'atenció sobre la composició d'aquest producte. Qui escriu aquesta pàgina, creieu que tindrà informació fiable? Perquè? Quina diferència hi ha amb la pàgina visitada anteriorment?