NIVEL 1

ACTIVITATEA 2

Farfuria anti-zombie



Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale Agenției Executive Europene pentru Educație și Cultură (EACEA). Nici Uniunea Europeană și nici EACEA nu pot fi considerate răspunzătoare pentru acestea.

Cofinanțat de Uniunea Europeană

Fișa misiunii:

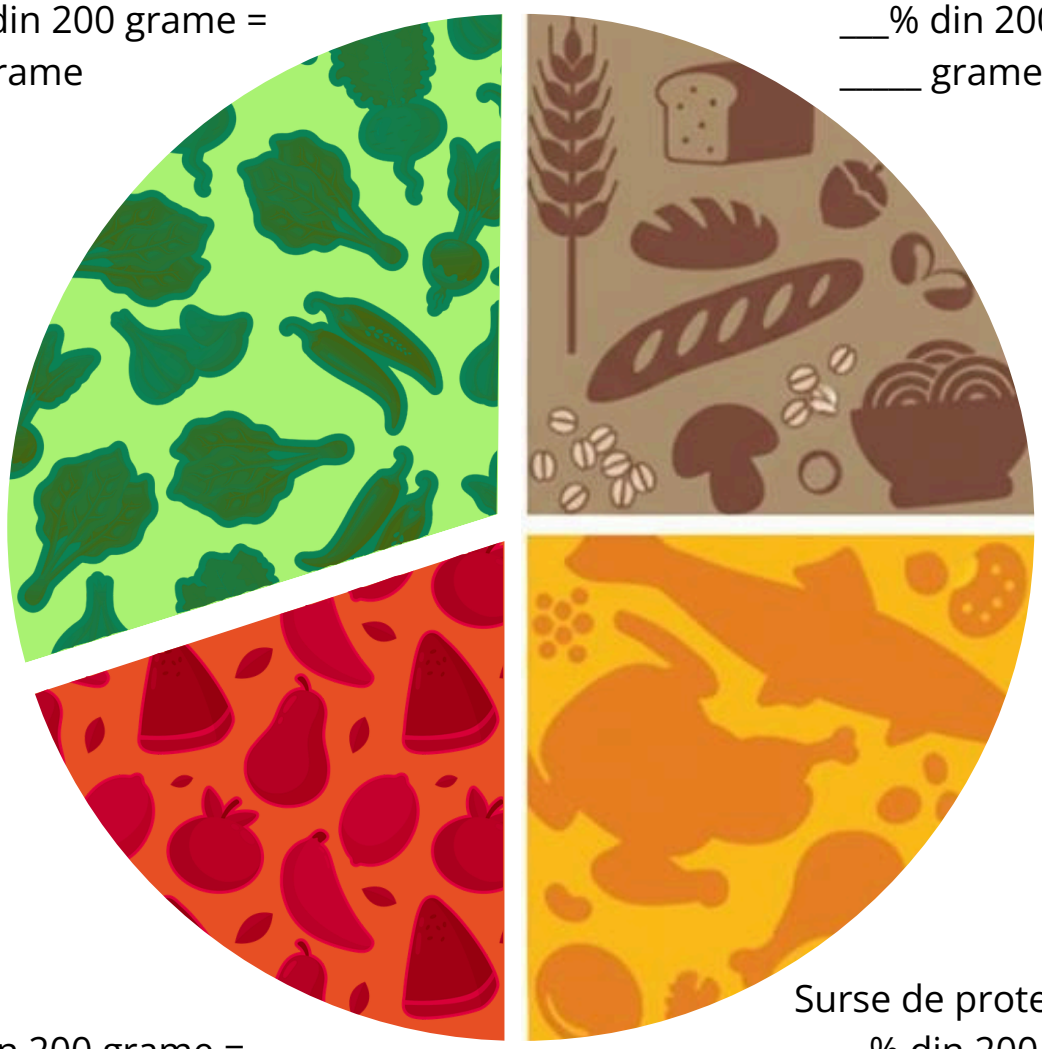
Farfuria anti-zombie

PASUL 1: FARFURIA MISTERIOASĂ

Aceasta este o farfurie cu mâncare sănătoasă! Dar este incompletă... Hai să ne punem mintea la contribuție pentru a afla de câtă mâncare din fiecare categorie avem nevoie pentru o masă echilibrată!

Legume colorate:
____% din 200 grame =
_____ grame

Cereale integrale: _
___% din 200 grame =
_____ grame



Fructe:
20% din 200 grame =
_____ grame

Surse de proteine:
____% din 200 grame =
_____ grame

Fișa misiunii:

Farfuria anti-zombi

PASUL DOI: UMPLEREA FARFURIEI ANTI-ZOMBIE

Hai să umplem farfuria cu lucruri bune, ca să avem cam 200 de grame de mâncare delicioasă și să avem multă energie!!

Grupa alimentară 1: Cereale integrale



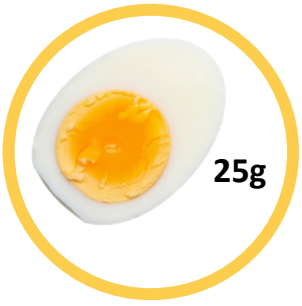
Grupa alimentară 2: Sursă de proteine







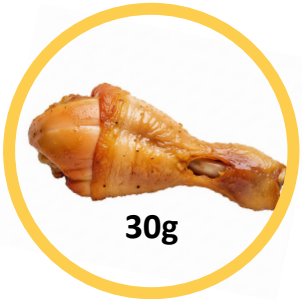




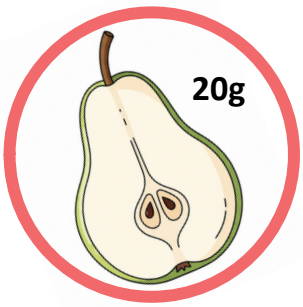


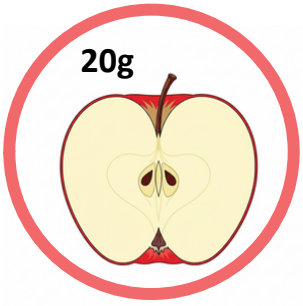


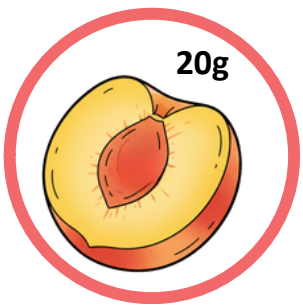


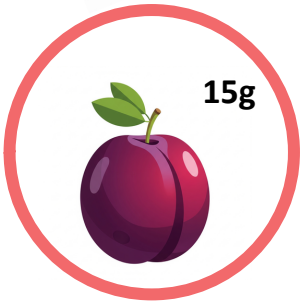


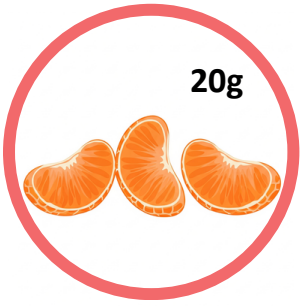
Grupa alimentară 3: Fructe

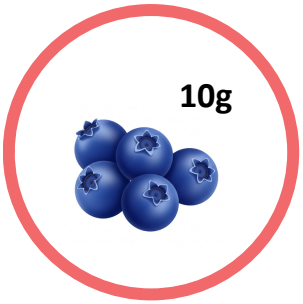


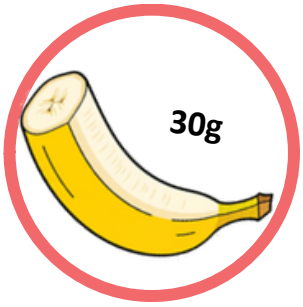


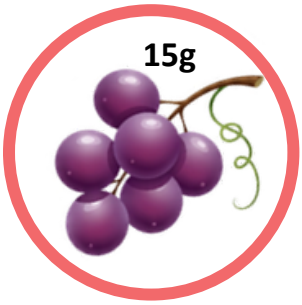


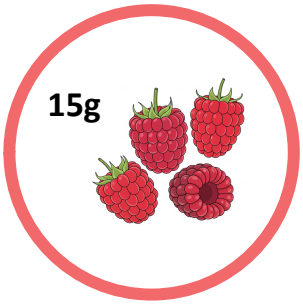










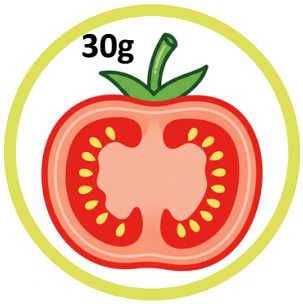


Grupa alimentară 4: Legume



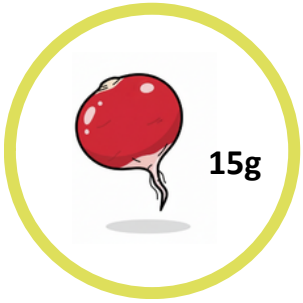
















Grupa alimentară 5: dulciuri











