Pracę proszę mi odesłać na adres wychowawcakl2a@interia.pl do końca listopada br.

Imię i nazwisko …………………….

1. Obliczyć swój współczynnik BMI
2. Uzupełnić tabelkę podając nazwy produktu i zawartość energii w 100g

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| produkty | produkt o wysokiej kaloryczności | produkt o niskiej kaloryczności |
| zbożowe |  |  |
| mleczne |  |  |
| drób /mięso lub przetwory/ |  |  |
| wieprzowina /mięso lub przetwory/ |  |  |
| ryby /mięso lub przetwory/ |  |  |
| warzywa |  |  |
| nasiona /mak i inne/ |  |  |
| owoce |  |  |