



Envase de leche

Observa los envases, lee y responde en tu cuaderno:



INFORMACION NUTRICIONAL		
Porción: 1 vaso (200 ml)		
Porciones por envase: 1		
	100 ml	1 porción
Energía (kcal)	44	88
Proteínas (g)	3,1	6,2
Grasa Total (g)	1,2	2,4
Grasa saturada (g)	0,77	1,54
Grasa monoinsat. (g)	0,35	0,70
Grasa poliinsat. (g)	0,03	0,06
Grasa trans (g)	0,05	0,10
Colesterol (mg)	4	8
H de C disponibles (g)	5,0	10,0
Azúcares Totales (g)	4,0	8,0
Lactosa (g)	4,0	8,0
Sodio (mg)	91	182
Vitamina A (µg ER)	40,0	10%
Vitamina D (µg)	0,25	10%
Vitamina E (mg ET)	1,0	10%
Calcio (mg)	96	24%
Fósforo (mg)	90	23%
* % en relación a la Dosis Diaria Recomendada, según Codex/FDA para mayores de 4 años.		
La leche Chocolate Colun contiene:		
	100 ml	1 porción
Energía (kcal)	52	104
Grasa Total (g)	1,8	3,6
Colesterol (mg)	6	12
FECHA DE ELABORACIÓN: 18-07-2017, 15.00 HRS.		
FECHA DE VENCIMIENTO: 18-08-2017, 14.00 HRS.		

1. ¿Qué contiene el envase?
2. ¿Cuál es la marca? ¿Y el fabricante?
3. Si queremos consultar una duda, ¿a dónde debemos dirigirnos?
4. ¿Cuánta leche contiene?
5. He comprado un paquete que contenía 12 cajas de leche, ¿cuántos litros compré?
6. ¿Cuál es la fecha de caducidad?
7. ¿Qué proteínas nos aporta un vaso de 100ml?
8. ¿Y cuántos hidratos de carbono hay por 100ml de leche? ¿Y en un litro de leche?