


# EL MENÚ SETMANAL

 Utilitza la llibreta de matemàtiques per fer les preguntes!

 Visualitza aquest menú setmanal i respon les preguntes.  
Envia al correu de la tutora les teves respostes!

MENÚ



PREGUNTES



	<b>Dilluns</b>	<b>Dimarts</b>	<b>Dimecres</b>	<b>Dijous</b>	<b>Divendres</b>	<b>Dissabte</b>	<b>Diumenge</b>
<b>Esmorzar</b>	Llet Cereals Acompanyament	Llet Cereals Acompanyament	Llet Cereals Acompanyament	Llet Cereals Acompanyament	Llet Cereals Acompanyament	Llet Cereals Acompanyament	Llet Cereals Acompanyament
<b>Mig Matí</b>	Fruita/ Iogurt per beure/ Galetes/ Barreta de Cereals/ Fruits secs						
<b>Dinar</b>	Arròs Peix blau amb guarnició de verdures Fruita	Verdura Carn Vermella amb amanida Fruita	Pasta Ou amb guarnició de verdures Fruita	Llegums amb Verdures Fruita	Arròs Peix blanc amb guarnició de Verdures Fruita	Pasta Carn Magra amb guarnició d'amanida Fruita	Verdures Carn Magra amb guarnició de amanida
<b>Berenar</b>	Fruita/Cereals/ Iogurt/ Entrepà / Fruits secs						
<b>Sopar</b>	Patata Ou amb guarnició d'Amanida Fruita	Llegums amb Verdures Làctic	Arròs Peix blau amb guarnició d'amanida Fruita	Pasta Carn vermella amb guarnició d'amanida Làctic	Verdures Carn Magra amb guarnició de verdures Fruita	Llegums Ou amb guarnició de verdura Làctic	Pasta Peix blanc amb guarnició de verdura  Fruita

# PREGUNTES



GRUPS D'ALIMENTS I RACIONS DIÀRIES RECOMANADES		PES DE CADA RACIÓ
EL CONSUM D'AIGUA ES VITAL, N'HAURIEM DE BEURE ENTRE 4 I 8 GOTS CADA DIA		
3-6 FECULENTS		60 gr
2-3 VERDURES I HORTALISSES		175 gr
2-3 FRUITA		150 gr
2-4 LLET I DERIVATS		200 ml (0,2l)
2-3 CARN, PEIX, OUS I LLEGUMS		Carn, ous, peix 100gr Llegums 75 gr
3-6 OLIS I FRUITA SECA		Oli 10 ml Fruits secs 25 gr
Consum moderat DOLÇOS I LLAMINADURES		
Aigua	4-8 racions diàries	200 ml

a) Quants dies a la setmana prens llet? Quina quantitat en total? I d'aigua?

b) Quina quantitat de llegums menjaré en tres dies?

# FEM LA COMPRA



Observa el tiquet de la compra i respon les preguntes a la llibreta.

## MERCAOCA

Quantitat	Preu unitat	Import (€)
6 llet sencera	0,60 €	_____
7 Aigua	0,49 €	_____
2 Llenties (1 quilo)	1,49 €	_____
3 Arròs (500gr)	0,89 €	_____
Total:		_____

- Quin és l'import de cada producte que he comprat?
- Quant he de pagar per aquesta compra?
- Si pago amb 15 € tinc suficient?
- M'han de tornar canvi? Quant?

Utilitza la llibreta de matemàtiques, copia les preguntes i contesta.

