

# Søde sager

---

Du/I skal behandle emnet "Søde sager" ud fra en matematisk synsvinkel.



## Materialeliste:

- ✓ mælk og læskedrikke
- ✓ det spiser vi pr. dag
- ✓ motion og forbrænding
- ✓ energiindhold og fordeling svarende til bilaget
- ✓ Bedste's weekendpakke
- ✓ priskataloger:
  - danske
  - tyske
  - norske
- ✓ valutakursliste
- ✓ forskellige læskedrikke
- ✓ diverse slik
- ✓ mælkesnitte

# Mælk og læskedrikke

---

Børn og unges indtagelse af mælk og læskedrikke i gram pr. dag.

Alder	sødmælk	letmælk	kærne- og skum- metmælk	juice, saft og læske- drikke	saft og læske- drikke, light	soda- vand alm.	soda- vand light
4 - 6 år	60	225	56	218	100	140	10
7 - 10 år	120	240	50	208	120	175	20
11 - 14 år	62	260	70	220	115	278	30
15 - 18 år	25	340	50				

gemt som regnearksfil: Søde sager 1



# Det spiser vi pr. dag

gram pr. dag	drenge 1- 6 år	piger 1 - 6 år	drenge 7 - 14 år	piger 7 - 14 år	mænd 15 - 80 år	kvinder 15 - 80 år
brød og kornprodukter	172	146	232	202	234	184
grøntsager og kartofler	105	101	191	172	251	206
frugt	175	151	162	173	110	149
kød	49	46	96	83	142	91
fisk	6	10	10	7	16	15
fedtstof	30	27	39	33	54	37
drikkevarer	485	443	762	717	2034	1920
heraf søde læskedrikke	308	249	415	329	236	196
heraf øl	-	1	2	4	358	89
heraf vin	-	-	-	-	78	68

gemt som regnearksfil: Søde sager 2



# Motion og forbrænding

---

Forbrændte kalorier pr. minut:

Aktivitet	person på 55 kg	person på 82,5 kg
aerobic	6,2	8,2
badminton	4,8	6,5
billard	1,8	2,5
cykling	9,0	14,0
dans (rock'n roll)	6,0	8,0
fodbold	7,7	10,4
gang (3 km/t)	3,0	4,8
gulvvask	3,5	4,2
gymnastik	4,4	6,0
havearbejde	5,4	7,2
løb (10 km/t)	9,6	12,6
opvask	1,8	2,6
ridning	3,4	4,6
roning	11,6	15,7
rulleskøjtølb	5,0	6,7
skiløb (alpint)	8,5	11,5
squash	8,5	11,5
svømning	8,8	12,6
tennis (single)	6,0	8,0
trappegang	6,3	8,4

1 kalorie = 4.2 J



# Energiindhold og fordeling

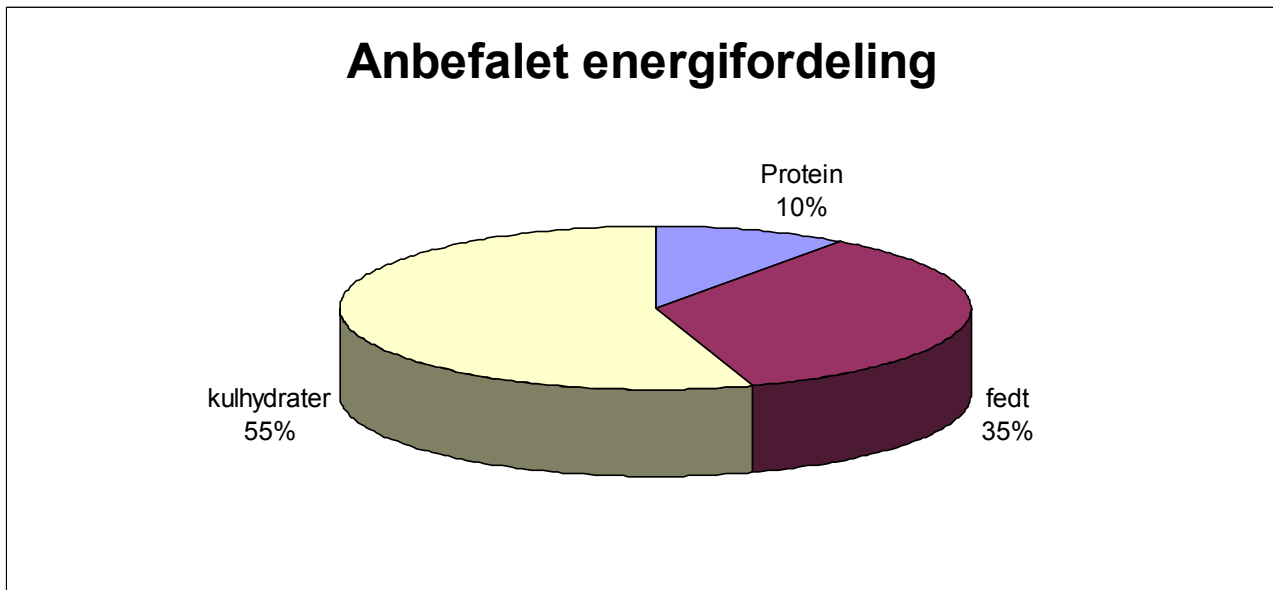
---

## Næringsstofferne energiindhold:

1 gram kulhydrat	=	17 kJ
1 gram fedt	=	38 kJ
1 gram protein	=	17 kJ
1 gram alkohol	=	30 kJ

## Anbefalet energifordeling i kosten:

protein	10 - 15%
fedt	højst 35%
kulhydrat	mindst 55%, heraf højst 10% fra sukker



# Bedste's weekend pakke

---

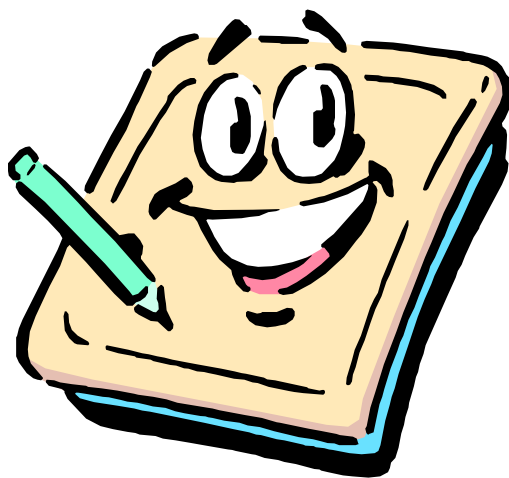
Alt dette får du i **Bedste's weekend pakke**:

- ◆ 100 g lakridskonfekt fra Haribo
- ◆ 100 g mælkechokolade med nødder
- ◆ 100 g Haribo lakridssnegle
- ◆ 100 g pose fra Katjes med saltfisk
- ◆ 100 g Haribo vingummibamser
- ◆ 250 g kæmpepose franske kartofler
- ◆ 75 g pose bacon snacks
- ◆ 130 g BonBon weekend Mix
- ◆ stor pose popkorn
- ◆ stor pose med ca.10 stk. Kit Kat
- ◆ Color-rado med dejlig lakrids og vingummi

## PLUS:

- ◆ Lykkepose (værdi 137 kr.)
- ◆ Hyggeskrab
- ◆ Valgfri videofilm (normalpris 159,20 kr.)

**SAMLET PRIS: 189,50 kr.** + porto og eksp. 54,50 kr.



# Ideliste

---

## Du/I kan bl.a. komme ind på følgende emner:

- ☺ beregne og sammenligne priser i forskellige lande
- ☺ beregne energiindhold i slik eller drikke
- ☺ vise energifordeling i et diagram (evt. vha. regneark)
- ☺ sammenligne energifordelinger evt. med anbefalet energifordeling
- ☺ beregne forbrændingstid ved indtagelse af en bestemt energimængde
- ☺ beregne forbrænding af kalorierne i slik og søde drikke
- ☺ beregne materialeforbrug til emballagen
- ☺ lave tegninger af emballagen
- ☺ komme med nye forslag til emballagens udformning
- ☺ opstille kombinatoriske eksperimenter ved valg af slik
- ☺ lave diagrammer over, hvad vi spiser
- ☺ anvende regneark til opstilling af en kassebon
- ☺ anvende regneark til at lave diagrammer