

Zadanie

Oblicz wartość odżywczą pierniczków z zamieszczonego przepisu, wykorzystaj dane z tabeli. Wynik zapisz w tabeli oraz przygotuj wykres porównujący ilość poszczególnych składników odżywczych.

składnik	wartości odżywcze w g na 100g				
	wartość energetyczna	tłuszcz	węglowodany	błonnik	białko
masło	716	81	0,1	0	0,9
mąka pszenna	364	1	76	2,7	10
soda oczyszczona	0	0	0	0	0
cukier puder	388	0	100	0	0
kakao	228	14	58	37	20
przyprawa do piernika	385	4,8	79	0	2,8
jaja	155	11	1,1	0	13
miód	304	0	82	0,2	0,3

Normatyw surowcowy na pierniczki

składniki	ilość w g
masło	100
mąka pszenna	450
soda oczyszczona	15
cukier puder	80
kakao	15
przyprawa do piernika	15
jaja	100
miód	50

Rozwiązanie:

składniki	ilość w g	wartość energetyczna	tłuszcz w g	węglowodany w g	błonnik w g	białko w g
masło	100	716kcal/100*100= 716kcal	81/100*100= 81	0,1/100*100= 0,1	0/100*100= 0	0,9/100*100= 0,9
mąka pszenna	450	364kcal/100*450= 1638kcal	1/100*450= 4,5	76/100*450= 342	2,7/100*450= 12,15	10/100*450= 45
soda oczyszczona	15	0kcal/100*15= 0kcal	0/100*15= 0	0/100*15= 0	0/100*15= 0	0/100*15= 0
cukier puder	80	388kcal/100*80= 310,4kcal	0/100*80= 0	100/100*80= 80	0/100*80= 0	0/100*80= 0
kakao	15	228kcal/100*15= 34,2kcal	14/100*15= 2,1	58/100*15= 8,7	37/100*15= 5,55	20/100*15= 3
przyprawa do piernika	15	385kcal/100*15= 57,75kcal	4,8/100*15= 0,72	79/100*15= 11,85	0/100*15= 0	2,8/100*15= 0,42
jaja	100	155kcal/100*100= 155kcal	11/100*100= 11	1,1/100*100= 1,1	0/100*100= 0	13/100*100= 13
miód	50	304kcal/100*50= 152kcal	0/100*50= 0	82/100*50= 41	0,2/100*50= 0,1	0,3/100*50= 0,15
SUMA	825	716+1638+310,4+34,2+57,75= 3063,35kcal	81+4,5+2,1+0,72+11= 99,32	0,1+342+80+8,7+11,85+1,1+41= 484,75	0+12,15+0+0+0+0+0,1= 12,15	0,9+45+0+0+3+0,42+13+0,15= 62,47

wartości odżywcze	
wartość energetyczna	3063,35kcal
tłuszcz	99,32
węglowodany	484,75
błonnik	17,8
białko	62,47

