



ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ – Ομάδα 1

ΣΝΑΚ				Ανά 100γρ. ή 100ml			
	Υδατάνθρακες		Εκ των οποίων Σάκχαρα		Αλάτι		
Κράκερς							
Μπάρα Δημητριακών							
Σοκολάτα							

1. Ποιο προϊόν έχει περισσότερη ζάχαρη ή αλάτι;
2. Υπήρχε προϊόν που σας εξέπληξε; Γιατί;
3. Θα το επιλέγατε πιο συχνά ή πιο σπάνια; Γιατί;
4. Πόσο κοντά φτάνει στο ημερήσιο όριο ένα μόνο σνακ;
5. Ποιο ήταν το πιο σημαντικό συμπέρασμα της ομάδας σας;



ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ - Ομάδα 2

ΣΝΑΚ Ανά 100γρ. ή 100ml			
	Υδατάνθρακες	Εκ των οποίων Σάκχαρα	Αλάτι
Τυρόπιτα			
Δημητριακά προγεύματος			
Κρουασάν			

1. Ποιο προϊόν έχει περισσότερη ζάχαρη ή αλάτι;
2. Υπήρχε προϊόν που σας εξέπληξε; Γιατί;
3. Θα το επιλέγατε πιο συχνά ή πιο σπάνια; Γιατί;
4. Πόσο κοντά φτάνει στο ημερήσιο όριο ένα μόνο σνακ;
5. Ποιο ήταν το πιο σημαντικό συμπέρασμα της ομάδας σας;



ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ - Ομάδα 3

ΣΝΑΚ Ανά 100γρ. ή 100ml			
	Υδατάνθρακες	Εκ των οποίων Σάκχαρα	Αλάτι
Πατατάκια			
Γιαούρτι με γεύση φρούτου			
Παγωμένο τσάι			

1. Ποιο προϊόν έχει περισσότερη ζάχαρη ή αλάτι;
2. Υπήρχε προϊόν που σας εξέπληξε; Γιατί;
3. Θα το επιλέγατε πιο συχνά ή πιο σπάνια; Γιατί;
4. Πόσο κοντά φτάνει στο ημερήσιο όριο ένα μόνο σνακ;
5. Ποιο ήταν το πιο σημαντικό συμπέρασμα της ομάδας σας;