

UN REPAS ÉQUILIBRÉ ?

Niveau : seconde professionnelle.

Module : résolution de problèmes du premier degré.

Thématique : prendre soin de soi (prévention, santé et sécurité).

Énoncé

Un lycéen se rend dans un fast-food où il mange deux "big" hamburgers (1 acheté = 1 offert avec sa carte de lycéen) et une grande portion de frites (160 g). Ce repas constitue un apport de 90 g de lipides.

En fin d'après-midi, après une sortie au cinéma avec des amis, il effectue un nouveau passage au fast-food où cette fois il consomme un hamburger et deux portions de frites. Ce diner constitue un apport de 93g de lipides.

- 1) En testant des valeurs (à la calculatrice ou avec un tableur), retrouvez la teneur en lipides (en g) d'un hamburger et d'une portion de frites.



- 2) Comment pourrions-nous faire autrement pour retrouver ces teneurs ?

- 3) Que remarquez-vous quant à l'apport journalier total en lipides du lycéen par rapport à l'apport journalier recommandé (AJR)?



- 4) Une cuillerée à soupe d'huile végétale constitue un apport d'environ 3,3 g de lipides. Combien de cuillerées d'huile devriez-vous avaler pour absorber l'équivalent en lipides d'un hamburger ?

Commentaires

Vous pouvez retrouver la représentation ci-dessous et la compléter dans le fichier burger.ggb pour vous aider à répondre à la question 3.

