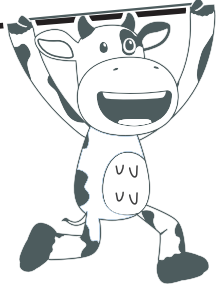


Aktiwiteitsblad



Volgens wet moet alle voedselprodukte 'n etiket hê waarop voedingsinligting aangedui word. Sommige inligting is verpligtend, terwyl ander dele vrywillig gegee word. Voedselprodukte word getoets om seker te maak dat die inligting akkuraat is.

Bestudeer die etiket van 'n bottel drinkjogurt op die volgende bladsy. Beantwoord dan die volgende vrae:

1. Watter inligting word alles op die etiket aangegee?

2. Tot watter voedselgroep behoort drinkjogurt?

3. Hoe behoort drinkjogurt geberg te word? Verduidelik jou antwoord.

4. Wat is die kalsiuminhoud van drinkjogurt?

5. Bevat drinkjogurt suiker? Waarom sê jy so?

6. Dink jy drinkjogurt kan deel wees van 'n gesonde dieet? Gee 'n rede vir jou antwoord.





DRINKJOGURT

Aarbeie

Skud goed

BB 10 SEPT 2020
06:34

BRON VAN KALSIUM 
HOU VERKOEL
Vervaardig in Suid-Afrika

OPDIENVOORSTEL

TIPIESE VOEDINGSINLIGTING

PORSIE = 300 ml	PER 100 ml	PER 300 ml	% NVW* PER PORSIE
Energie	581 kJ	1743 kJ	
Proteïen	1.8 g	5.4 g	10
Glukemiese koolhidrate waarvan totale suiker	16 g 13.9 g	48 g 41.7 g	
Totale vet waarvan versadigde vet	1.4 g 0.8 g	4.2 g 2.4 g	
Vesel	0.0 g	0.0 g	
Totale natrium	38 mg	114 mg	
Kalsium	68.5 mg	205.5 mg	15.8

*NVW = Nutriëntverwysingswaardes vir persone 4 jaar en ouer

ALLERGENE

Melk.

BESTANDELE

Laevetmelk, saamgestelde weipoeier, suiker, vrugte (6%)
(aarbeipuree en appelkonsentraat), bindmiddel
(mielieblom), jogurtkultuur, geurmiddel, kleurmiddel,
preserveermiddel (kaliumsorbaat)
Bevat 6% regte vrugte

300 ml



3-N-DAG SUIWEL ELKE DAG

