

IX – M4 - Procese de bază în alimentație – Săptămâna 30/32

FIȘA DE LUCRU

Legume, fructe și produse din legume și fructe

Citește cu atenție și rezolvă următoarele cerințe:

DEMONSTREAZĂ CEEA CE ȘTII!

1. Completează enunțurile de mai jos:

Legumele și fructele pot fi conservate prin următoarele procedee:

.....
.....
.....
.....

Deoarece au un conținut mare de apă, căpșunile sunt fructe

2. Legumele și fructele au următoarele utilizări culinare:

.....
.....

POTI FACE!

3. Propune un meniu pe bază de legume:

.....
.....
.....

FOLOSEȘTE-ȚI CUNOȘTINȚELE ȘI DEPRINDERILE!

4. Ai de preluat din magazie următoarele produse: roșii, ardei, și căpșuni. Precizează caracteristicile de calitate pe care le verifici pentru a te asigura că produsele sunt corespunzătoare calitativ.

.....
.....
.....
.....

REFLECTEAZĂ

5. Legumele și fructele ocupă un rol important în cadrul piramidei alimentare. Explică de ce sunt considerate foarte importante pentru buna funcționare a organismului.

.....
.....
.....