

**Voditelj radionice Jasenka Ronko**  
**RADIONICA**

**DO JELOVNIKA PREKO KALORIJA** i kako potrošiti kalorije

Plivanjem

Vožnjom biciklom

Joggingom

**1. Doručak**

- integralni kruh
- maslac
- med
- mlijeko ili jogurt

**2. Stupčasti dijagram**

Stupčasti dijagram pokazuje koliko minuta treba plivati, voziti bicikl ili trčati kako bi se potrošile kalorije dobivene od 100g neke namirnice.

Učenici su podijeljeni u 3 grupe:

- 1) meso – jogging
- 2) voće – vožnja bicikla
- 3) povrće - plivanje

1) Stupčasti dijagram



EMINEM

manijara

Nbevi  
Kelle  
Melly



















### 3. JELOVNIK

Svaka grupa je imala zadatak napraviti jelovnik koji će se sastojati od predjela, glavnog jela i deserta, te su izračunavali koliko pojedini jelovnik donosi kalorija. U slučaju velikog broja kalorija trebalo je izračunati koliko minuta plivati, voziti bicikl ili trčati kako bi se taj višak potrošio.











































#### 4. Uređivanje panoa

Svaka grupa je tokom rada uređivala svoj pano.





