

Verbruikers

Graad 11

WERKKAART

Individuele energiebehoefte

Bl. 84-86

1. Gee die definisie van die volgende woorde:
 - 1.1 Basale metabolise tempo. (2)
 - 1.2 Optimale groei. (2)
2. Hoe bepaal jy jou daaglikse energiebehoefte? (4)
3. Watter drie voedingstowwe verskaf vir ons energie? (6)
4. Hoeveel kJ verskaf die volgende 3 voedselsoorte per 100g?
 - 4.1 Appel (2)
 - 4.2 Piesang (2)
 - 4.3 Sjokolade (2)

