

# Petit déjeuner

**Niveau** : cinquième, tâche complexe.

**Lien avec le programme** : proportionnalité, pourcentage.

**Lien avec *Les maths au quotidien*** : Santé.



Fulbert est un adolescent dynamique qui a besoin d'environ 3 000 kilocalories par jour pour être en forme.

Au petit-déjeuner, Fulbert prend un bol de 60 g de céréales avec 200 ml de lait demi-écrémé et un verre de 150 ml de pur jus d'orange.

Il a relevé sur les paquets des informations sur les valeurs nutritionnelles des aliments :

Jus d'orange (pour 100 mL)	45 kcal
Céréales (pour 100 g)	378 kcal
Lait (pour 100 mL)	46 kcal

Les nutritionnistes conseillent un apport calorique au petit déjeuner compris entre 20 % à 25 % de l'apport journalier.

Fulbert s'alimente-t-il suffisamment le matin ?



# Petit déjeuner

**Niveau** : cinquième, tâche complexe.

**Lien avec le programme** : proportionnalité, pourcentage.

**Lien avec *Les maths au quotidien*** : Santé.



Fulbert est un adolescent dynamique qui a besoin d'environ 3 000 kilocalories par jour pour être en forme.

Au petit-déjeuner, Fulbert prend un bol de 60 g de céréales avec 200 ml de lait demi-écrémé et un verre de 150 ml de pur jus d'orange.

Il a relevé sur les paquets des informations sur les valeurs nutritionnelles des aliments :

Jus d'orange (pour 100 mL)	45 kcal
Céréales (pour 100 g)	378 kcal
Lait (pour 100 mL)	46 kcal

Les nutritionnistes conseillent un apport calorique au petit déjeuner compris entre 20 % à 25 % de l'apport journalier.

Fulbert s'alimente-t-il suffisamment le matin ?

