A szénhidrát mint az izomműködés legfőbb energiaforrása

Válassz a konyhából 4-5 különböző élelmiszert, és a csomagolásukon szereplő táblázat segítségével írd össze az energia- és szénhidráttartalmukat!

Javasolt feldolgozási idő: 20 perc