

- **Test, ki bi ga morali pisati danes, je prestavljen na prihodnji teden.**
- **Preverjanje ste rešili – če ima kdo kakšno vprašanje, naj mi ga zastavi na Teamsih.**
- **Tvoja današnja naloga: Utrjevanje znanja za preizkus znanja**

Energijska vrednost - Prehrana

Preberi si vsebino na zgornji hiperpovezavi.

Utrdil/a boš znanje o energijski vrednosti.

Izvedel/a boš, koliko energije moraš zaužiti pri posamezni starosti.

Izvedel/a boš, koliko energije ti da določena hranilna snov.

Izvedel/a boš, kako vnos energije s hrano porazdeliti tekom dneva – torej, kateri obrok je največji in kateri najmanjši, število obrokov, ipd.