

Imiona uczniów:

Nazwa produktu:

KROK 1 – Liczba składników. Ile składników zawiera produkt?

Czy skład jest krótki czy długi?

- ☐ krótki (do 5 składników)
- ☐ średni (6–10 składników)
- ☐ długi (więcej niż 10 składników)

KROK 2 – Pierwsze trzy składniki.

Wymień pierwsze trzy składniki:

1.

2.

3.

Wniosek: (których składników jest w produkcie najwięcej?)

KROK 3 – Cukier

Czy produkt zawiera cukier?

- ☐ tak
- ☐ nie

Pod jaką nazwą występuje? (np. glukoza, syrop glukozowo-fruktozowy)

Czy cukier znajduje się w pierwszych trzech składnikach?

- ☐ tak
- ☐ nie

KROK 4 – Dodatki do żywności

Wymień dodatki (E lub nazwy chemiczne):

Ile dodatków zawiera produkt?

☐ 0-1

☐ 2-3

więcej niż 3

KROK 5 – Funkcja dodatków

Jaką funkcję pełnią dodatki?

☐ konserwują produkt

☐ poprawiają smak

☐ nadają kolor

☐ zagęszczają / stabilizują

KROK 6 – Stopień przetworzenia

☐ niski

☐ średni

☐ wysoki

Wniosek końcowy

Ten produkt jest:

☐ korzystny dla zdrowia

☐ raczej korzystny

☐ raczej niekorzystny

☐ niekorzystny

Uzasadnienie: