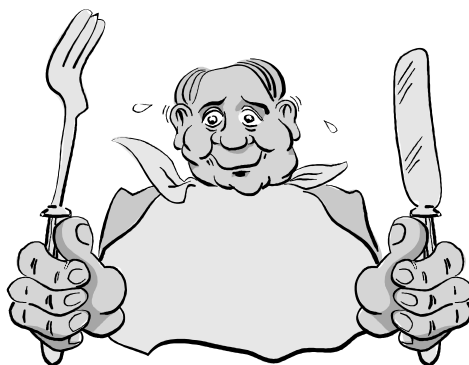


Nombre del equipo:
Colegio:
Ciudad:

## LA COMIDA DE JUAN

Juan acaba de encontrar trabajo y pretende celebrarlo con su familia. Para ello, está dispuesto a invitarlos a comer. Los miembros de su familia, una saga de especialistas en nutrición, son muy exigentes a la hora de comer. Además, como Juan lleva poco tiempo trabajando no tiene mucho dinero para gastar.



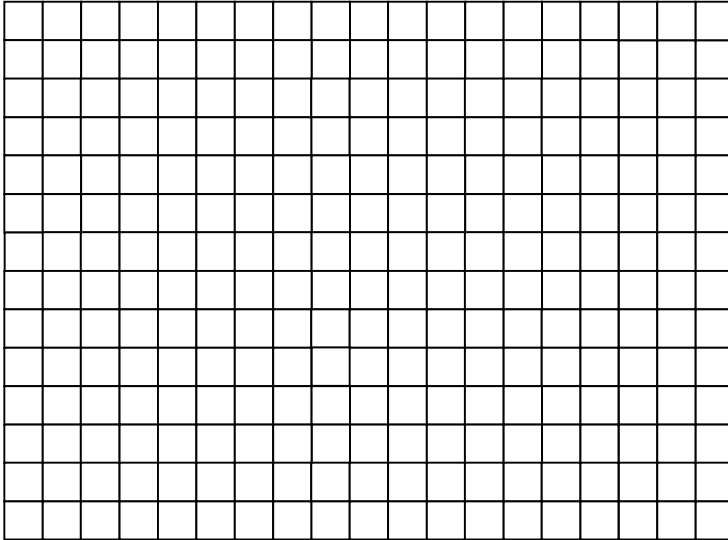
Decide visitar el restaurante de su amigo cocinero para que le aconseje sobre el menú y le ayude.

En esta prueba vais a ayudarlo vosotros. Para ello imaginad que uno es el maître que debe organizar el salón, otro es el cocinero que seleccionará el menú y otro de vosotros será Juan. Poned en común la información de cada uno de los personajes, resolved las siguientes cuestiones y completad la hoja de respuestas.

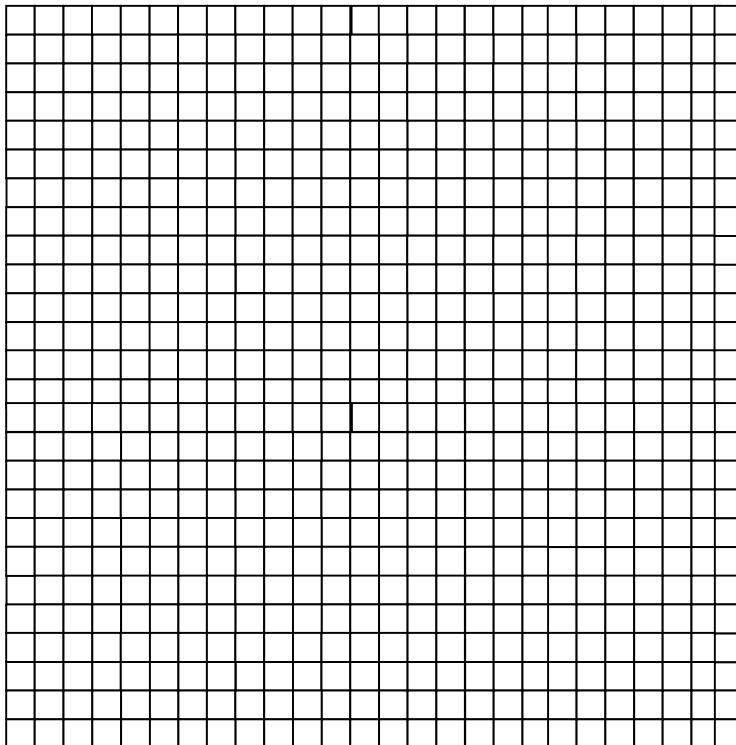
## HOJA DE RESPUESTAS

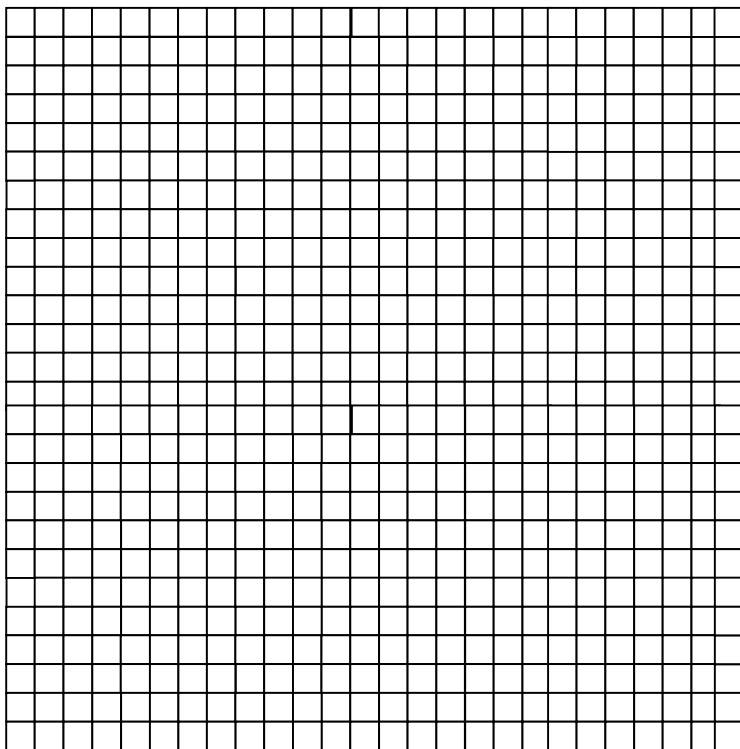
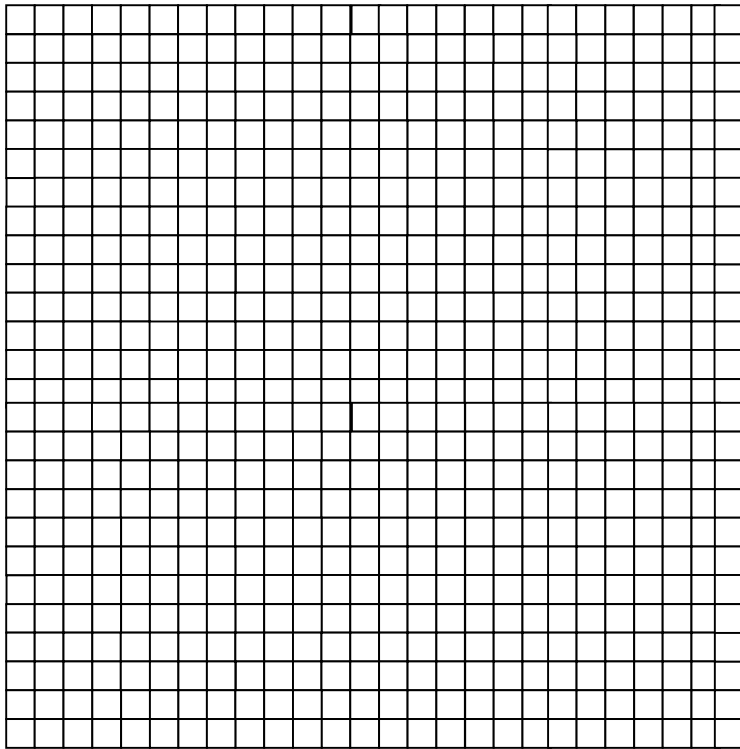
### Organiza el salón

1. Teniendo en cuenta la información que tenéis, dibuja en la cuadrícula, indicando en ella las medidas, la mesa más pequeña posible para cuatro comensales y la mesa más pequeña para 6 comensales.



2. La cuadrícula que encontrareis más adelante representa el comedor. Dibuja en ella tres disposiciones diferentes de mesas de cualquiera de los modelos anteriores, calculando el número de comensales que tienen cabida en el comedor para cada una de ellas.





### Prepara el menú

3. Utilizando la tabla del cocinero elige una comida para cada miembro de la familia de Juan rellenando la siguiente tabla:

<b>Antonio</b>			
<b>PRIMER PLATO</b>	<b>SEGUNDO PLATO</b>	<b>POSTRE</b>	<b>ACOMPAÑAMIENTO</b>
Tosta de verduras			
<b>Lucía</b>			
<b>PRIMER PLATO</b>	<b>SEGUNDO PLATO</b>	<b>POSTRE</b>	<b>ACOMPAÑAMIENTO</b>
<b>Manolo</b>			
<b>PRIMER PLATO</b>	<b>SEGUNDO PLATO</b>	<b>POSTRE</b>	<b>ACOMPAÑAMIENTO</b>
<b>María</b>			
<b>PRIMER PLATO</b>	<b>SEGUNDO PLATO</b>	<b>POSTRE</b>	<b>ACOMPAÑAMIENTO</b>

4. Calculad las calorías aportadas por cada menú y rellena la siguiente tabla

<b>Invitado</b>	<b>Valores calóricos de cada menú</b>				
	<b>plato 1°</b>	<b>plato 2°</b>	<b>postre</b>	<b>acompañ.</b>	<b>total</b>
Antonio	8,5 x 9 + 6 x 3,5				
Lucía					
Manolo					
María					

5. Representad los valores calóricos anteriores en un gráfico



6. Calcula el coste de la comida organizada por Juan

<b>Coste</b>	
--------------	--

¿Podrá Juan pagar la comida?

## JUAN

Los invitados de Juan son:

**Antonio:** Tiene 43 años. En un accidente practicando esquí se rompió la cadera. Está excesivamente obeso, por lo que requiere una dieta rica en sales minerales y calcio sobre todo (necesita productos lácteos), y baja en grasas.



**Lucía:** Hace una semana dio a luz dos gemelos. Para amamantar a sus hijos necesita alimentos que le ayuden a recuperarse y que le proporcionen calorías extra para producir leche.

**Manolo:** No puede tomar alimentos ricos en proteínas ni en sal.

**María:** Tiene desarrollada una diabetes por lo que su dieta debe ser baja en glúcidos (azúcar) pero alta en proteínas.

A continuación tienes un extracto de la libreta de ahorros de Juan

Fecha	Movimiento	Saldo
14-02-2003	- 47,00 €	23,00 €
17-02-2003	- 33,00 €	- 10,00 €
25-02-2003	825,00 €	815,00 €

## EL COCINERO

El cocinero dispone de la siguiente tabla de alimentos con los datos referidos a cada ración:



PRIMER PLATO							
Alimento	Propiedades alimenticias					Glúcidos g	Grasas g
	♣	♥	♦	♠	●		
Sopa de tomate	♣					12	1.1
Zumo de tomate	♣	♥				7	0.6
Zumo de naranja		♥				17.2	0
Tortilla francesa a las finas hierbas	♣			♠		0	12,3
Tosta de verduras asadas	♣	♥			●	6	8.5
Patata asada	♣	♥	♦	♠	●	18	0.3
Patatas fritas	♣		♦	♠		23	30.3
Guisantes	♣	♥		♠	●	15	0.6
Zanahorias	♣	♥	♦	♠	●	11	1.3
Ensalada mixta	♣	♥	♦	♠	●	0.75	0.3
SEGUNDO PLATO							
Merluza hervida en salsa de espárragos	♣			♠		3.7	4.4
Curry de arroz con huevo	♣			♠		11.5	12.5
Filete de hígado con panceta	♣					0	71
Pollo asado	♣	♥		♠	●	0.2	16.2
Espaguetis a la boloñesa	♣		♦	♠		22.8	2.7
Macarrones con queso	♣					23	8
POSTRE							
Crema Catalana				♠		27.9	3.65
Gelatina de fresa		♥		♠	●	13	0
Yogur de frutas		♥		♠	●	17.1	2.4
Pastel de manzana	♣	♥	♦	♠	●	14.5	6.9
Helado de vainilla				♠		24.3	8.5
Manzana	♣	♥	♦	♠	●	12	0
Naranja	♣	♥	♦	♠	●	8.6	0
Queso de Burgos	♣	♥		♠	●	3.5	15.5
Queso Manchego	♣					1	32
ACOMPAÑAMIENTO							
Tostaditas de pan dietético	♣	♥	♦	♠	●	5	8.5
Panecillo de pan blanco		♥	♦	♠		38	1

♣ Bajo en azúcar ♥ Bajo en grasas ♦ Bajo en proteínas ♠ Bajo en sal ● Bajo en calorías

El cocinero sabe que los nutrientes energéticos tienen diferentes valores calóricos:

- Un gramo de grasa produce 9 kcal.
- Un gramo de glúcidos produce 3,5 kcal.

## MAÎTRE

El maître es la persona encargada de situar a las personas en el comedor. Cada persona para estar cómoda en la mesa necesita 35 cm. de profundidad y 70 cm. de ancho. A estas medidas hay que añadir 20 cm. de profundidad en el centro de la mesa para las fuentes de servicio. El espacio que ocupa una silla es de 70 cm. de ancho x 55 cm. de fondo, y tras la silla debe haber un espacio mínimo de 40 cm. para que pasen los camareros.

El maître tiene a su cargo 4 camareros.

Las dimensiones del comedor son 5,20 m. x 5,20 m.



TABLA DE PRECIOS	
Plato	Precio €
Sopa de tomate	3,00
Zumo de tomate	1.50
Zumo de naranja	2,00
Tortilla francesa a las finas hierbas	3,00
Tosta de verduras asadas	5.10
Patata asada	2.10
Patatas fritas	2.25
Guisantes	4.20
Zanahorias	3.90
Ensalada mixta	3.50
Merluza hervida en salsa de espárragos	8.50
Curry de arroz con huevo	6.50
Filete de hígado con panceta	7.90
Pollo asado	4.50
Espaguetis a la boloñesa	6.10
Macarrones con queso	6.10
Crema Catalana	3.25
Gelatina de fresa	1.10
Yogur de frutas	2
Pastel de manzana	3.25
Helado de vainilla	3.25
Manzana	2
Naranja	2
Queso de Burgos	2.90
Queso Manchego	3.50
Tostaditas de pan dietético	0.75
Panecillo de pan blanco	0.50