



Nome: .....

**Compito 1**

Scrivi il nome dei latticini che riconosci nell'immagine. Li hai trovati tutti? Paragona la tua risposta con quelle di un compagno.

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_
- 4 \_\_\_\_\_
- 5 \_\_\_\_\_
- 6 \_\_\_\_\_
- 7 \_\_\_\_\_
- 8 \_\_\_\_\_
- 9 \_\_\_\_\_
- 10 \_\_\_\_\_
- 11 \_\_\_\_\_



**Compito 2**

Come puoi coprire il tuo fabbisogno giornaliero di calcio? Scegli 3 latticini e indica le quantità di cui hai bisogno.

	Latticini	Quantità
1		
2		
3		

**Compito 3**

Conta tutti i latticini che hai mangiato ieri. Non dimenticare che i latticini possono anche essere ingredienti di diversi piatti. Mangi o bevi ogni giorno 3 porzioni di latte o di latticini?

1	2
3	4
5	6



# Soluzione

## Compito 1

Scrivi il nome dei latticini che riconosci nell'immagine. Li hai trovati tutti? Paragona la tua risposta con quelle di un compagno.

- 1 latte
- 2 latticello
- 3 yogurt
- 4 quark
- 5 panna densa
- 6 burro
- 7 panna
- 8 formaggio fresco (cottage cheese e mascarpone)
- 9 formaggio a pasta molle
- 10 formaggio a pasta semidura
- 11 formaggio a pasta dura



## Compito 2

Come puoi coprire il tuo fabbisogno giornaliero di calcio? Scegli 3 latticini e indica le quantità di cui hai bisogno.

### Esempio 1

	Latticini	Quantità
1	1 yogurt	180g
2	1 bicchiere di latte	2dl
3	1 pezzo di formaggio a pasta semidura	40g

### Esempio 2

	Latticini	Quantità
1	1 bicchiere di latticello	2,5dl
2	1 vasetto di quark	250g
3	1 pezzo di formaggio a pasta molle	60g