

Matemáticas de Almuerzo - Contar Calorías

Busca las calorías para cada artículo de almuerzo. Suma el total para ver cuántas calorías hay en estas comidas de almuerzo. Tacha las comidas que son demasiado altas en calorías.

Food	Amount	Calories
Aqua	12 oz botella	0
Ensalada de Verduras	1 taza	10
Galletas, trocitos de chocolate	2 medianos	118
Hamburguesa	1 pequeña	250
Helado Con Chocolate	1 pequeña	306
Leche 1% Grasa	8 oz	105
Salsa Baja En Grasa	2 cucharas	60
Manzana	1 mediano	93
Papas Fritas	1 largo	500
Papitas	1 oz bolsa	160
Queso a la Plancha	1	410
Refresco Deportivo	12 oz	90
Rodajas de Naranja	4	62
Salchicha con Pan	1	280
Vinagreta Baja En Grasa	1 cuchara	18
Sándwich de Pavo con Queso Baja En Grasa	2 tajadas de cada uno	260
Soda	12 oz lata	143
Taco de Res	1	170
Zanahorias, chiquitas	6	21

Salchicha con Pan 280
~~Papitas 160~~ +
~~Helado Con Chocolate 306~~
~~Refresco Deportivo 90~~
 = 836

Hamburguesa 250
~~Papas Fritas 500~~ +
~~Galletas, trocitos de chocolate 118~~
~~Soda 143~~
 = 1011

Ensalada de Verduras 10+18=28
 con Vinagreta Baja En Grasa
 Rodajas de Naranja 62 +
 Aqua 0
 Sándwich de Pavo 260
 con Queso Baja En Grasa
 = 350

Taco de Res 170
 Manzana 93 +
 Zanahorias, chiquitas 21+60=81
 con Salsa Baja En Grasa
 Leche 1% Grasa 105
 = 449