Page 87. Exercice 56.

Les aliments apportent de l’énergie au corps. La quantité d'énergie se mesure en kJ (kilojoules).

Répartition des apports journaliers conseillés

* Petit-déjeuner : 25 %
* Goûter : 10 %
* Déjeuner : 35 %
* Dîner : le pourcentage restant

Par jour, un adolescent entre 13 et 15 ans a besoin de 12 100 kJ et une adolescente, de 10 400 kJ.

**a. Quelle quantité d’énergie doit apporter le petit déjeuner à un adolescent ?**

**Et le dîner ?**

**b. Quelle quantité d’énergie doit apporter le petit déjeuner à une adolescente ?**

**Et le dîner ?**