

ODS 2: HAMBRE CERO

2 HAMBRE CERO



TABLA DE INFORMACIÓN NUTRICIONAL

100 GRAMOS DE:	PROTEINA (g)	GRASA (g)	CARBOHIDRATOS (g)	CALCIO (mg)	HIERRO (mg)
ESCARABAJO DE AGUA GIGANTE					
HORMIGA ROJA					
PUPAS DE GUSANO DE SEDA					
ESCARABAJO PELOTERO					
GRILLO					
SALTAMONTES GIGANTE					
ESCARABAJO DE JUNIO					
ORUGA					
TERMITA					
GORGOJO					
TERNERA					
BACALAO					

ODS 2: HAMBRE CERO



Utiliza la información de la tabla de información nutricional para responder a las preguntas.

1. ¿Qué animal aporta más proteínas? ¿Y el que menos?

2. ¿Qué animal aporta más calcio? ¿Y el que menos?

3. ¿Qué animal aporta más grasa? ¿Y el que menos?

4. ¿Qué animal aporta más hidratos de carbono? ¿Y el que menos?

5. ¿Crees que los insectos son una buena fuente alternativa de proteínas?
¿Por qué / por qué no?

Escarabajo gigante de agua

Proteína: 19.8g
Grasa: 8.3g
Carbohidratos: 2.1g
Calcio: 43.5mg
Hierro: 13.6mg

Hormiga roja

Proteína: 13.9g
Grasa: 3.5g
Carbohidratos: 2.9g
Calcio: 47.8mg
Hierro: 5.7mg

Pupas de gusanos de seda

Proteína: 9.6g
Grasa: 5.6g
Carbohidratos: 2.3g
Calcio: 41.7mg
Hierro: 1.8mg

Escarabajo pelotero

Proteína: 17.2g
Grasa: 4.3g
Carbohidratos: 0.2g
Calcio: 30.9mg
Hierro: 7.7mg

Grillo

Proteína: 12.9g
Grasa: 5.5g
Carbohidratos: 5.1g
Calcio: 75.8mg
Hierro: 9.5mg

Saltamontes gigante

Proteína: 14.3g
Grasa: 3.3g
Carbohidratos: 2.2g
Calcio: 27.5mg
Hierro: 3.0mg

Escarabajo de junio

Proteína: 13.4g
Grasa: 1.4g
Carbohidratos: 2.9g
Calcio: 22.6mg
Hierro: 6.0mg

Oruga

Proteína: 6.7g
Grasa: --
Carbohidratos: --
Calcio: --
Hierro: 13.1g

Termitas

Proteína: 14.2g
Grasa: --
Carbohidratos: --
Calcio: --
Hierro: 35.5mg

Gorgojo

Proteína: 6.7g
Grasa: --
Carbohidratos: --
Calcio: --
Hierro: 13.1mg

Ternera

Proteína: 27.4g
Grasa: 12g
Carbohidratos: 0g
Calcio: 17mg
Hierro: 3.5mg

Pescado

Proteína: 28.5g
Grasa: 1.5g
Carbohidratos: 0g
Calcio: 25.2mg
Hierro: 1.0mg