

(★ ★ ★ ★ ★)

Les aliments que nous mangeons nous apportent des calories.

Hélène suit un régime et ne doit pas absorber plus de 700 calories par repas ; elle boit de l'eau et ne mange pas de pain.

Aujourd'hui, elle s'est composé le menu suivant : *1 côtelette d'agneau de 125 g ; 150 g d'épinards ; 45 g de fromage blanc et une pomme de 120 g.*

On sait que 1 g d'agneau fournit 3,3 calories ; 1 g d'épinards 0,32 ; 1 g de fromage blanc 1,2 et 1 g de pomme 0,52.

Hélène respecte-t-elle son régime ?

L'énoncé de l'exercice est assez long ; la description du nombre de calories par aliment doit être bien comprise.
