

## PISA-ориентированный тест по читательской грамотности

7 класс

### Шоколад. Часть 2.

#### Советы диетолога

Больше всего пользы для организма взрослого человека приносит горький шоколад. Но и к его выбору стоит относиться внимательно: детально изучать состав и следить, чтобы в нём числились какао тёртое и какао-масло. Вместо них могут положить порошок, который дешевит десерт и снижает его положительные свойства, и растительные масла. Например, пальмовое и кокосовое — продукт с их содержанием не может считаться настоящим шоколадом.

Самое главное в шоколаде — какао тёртое и какао-масло. Это те два ингредиента, которые несут большую ценность для нашего организма: улучшают работу мозга, заряжают энергией, поднимают настроение. Там, где написано «заменитель какао-масла» или «заменитель какао», — это всё нам не подходит. Лучше выбрать горький шоколад с процентом какао тёртого 80-85%.

Важно помнить, что в 100 граммах горького шоколада содержится более 500 ккал. Поэтому диетологи рекомендуют ограничиться 30-50 граммами в день.

(По материалам интернет-источников)

#### Введение

**Прочитайте введение. Затем приступайте к выполнению заданий.**

Айгуль – сторонница здорового питания. Она очень любит шоколад, но не знает, можно ли его есть, если следуешь принципам здорового питания. Друзья дали ей ссылку на рекомендации диетолога. Прочитайте информацию с сайта и ответьте на вопросы.

#### Задание 1.

В каком случае шоколад нельзя назвать качественным?

Запишите в поле ответа два предложения, где содержится ответ на этот вопрос.

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

#### Задание 2.

Автор текста пишет: «Это те два ингредиента, которые несут большую ценность для нашего организма». О каких ингредиентах идёт речь?

Запишите свой ответ.

1.

2.

#### Задание 3.

Когда человеку полезно есть горький шоколад?

Отметьте все верные варианты ответа.

- А) Если необходимо решить трудную интеллектуальную задачу.
- Б) Если у человека бессонница.
- В) Если человек очень устал, а нужны силы.
- Г) Если человек читает или смотрит фильм.
- Д) Если ничего не радует.

#### Задание 4.

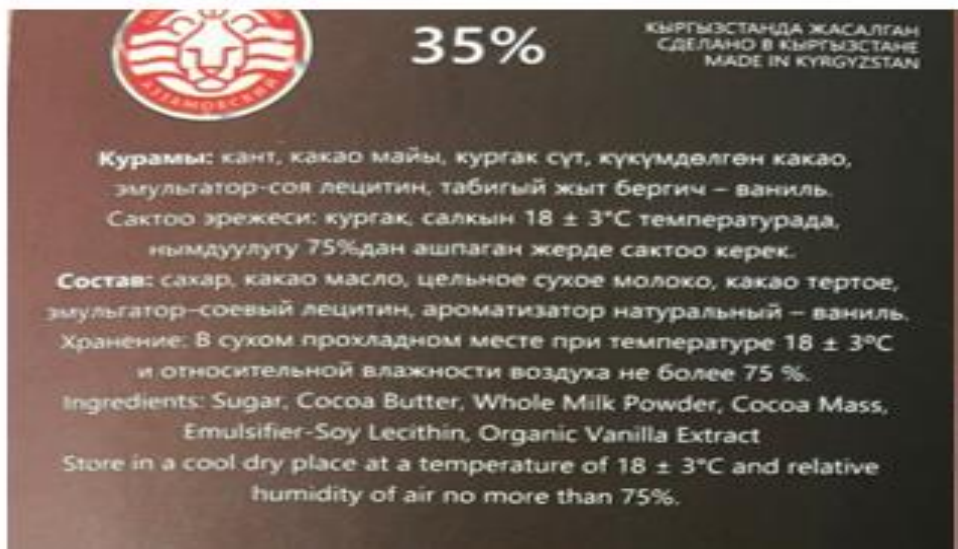
Рассмотрите этикетки разных образцов шоколада. Какой образец, судя по информации на этикетке, менее всего полезен для организма?

Отметьте **один** верный вариант ответа.

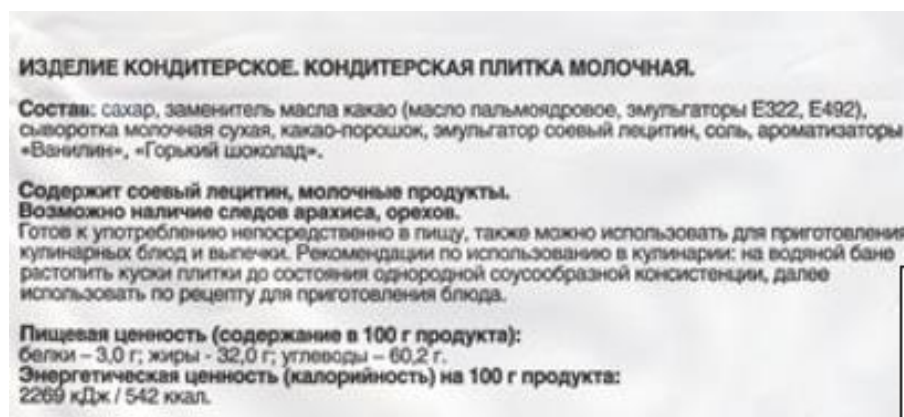
- А) Образец шоколада 1
- Б) Образец шоколада 2
- В) Образец шоколада 3
- Г) Образец шоколада 4

#### Этикетки

##### №1.



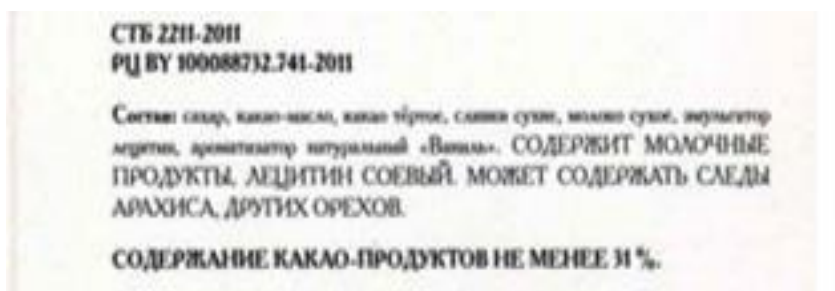
##### №2.



№3.



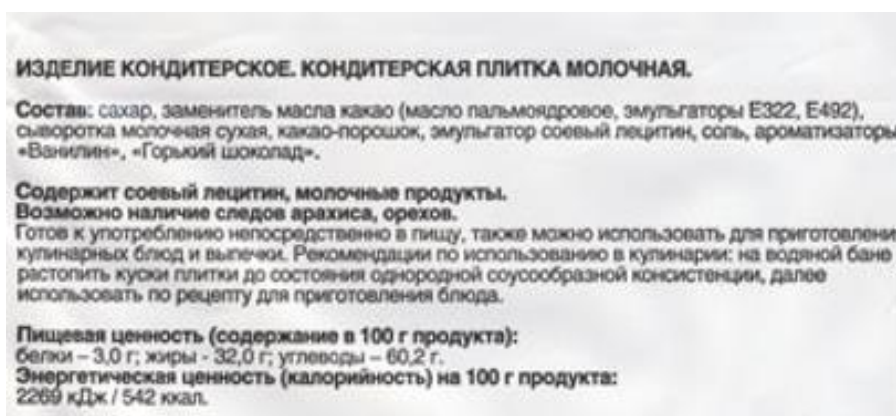
№4.



### Задание 5.

Почему на этикетке шоколада «Молочная плитка» (этикетка №2) не указан процент содержания какао-продуктов?

### Этикетка №2.



Запишите свой ответ.

---

---

### Задание 6.

Прочитайте информацию о разных образцах плиток, приведённую ниже. В каком образце, судя по составу, есть заменители какао-масла?

Отметьте один верный вариант ответа.

- А) Состав: сахар, какао-масло, цельное сухое молоко, какао тёртое, эмульгатор соевый лецитин, ароматизатор натуральный – ваниль.
- Б) Состав: сахар, какао-масло, масло пальмоядровое, эмульгаторы E322, E492, сыворотка молочная сухая, какао-порошок, эмульгатор соевый лецитин, соль, ароматизаторы «Ваниль», «Горький шоколад»
- В) Состав: какао тёртое, сахар, какао-масло, эмульгатор соевый лецитин E322, E476, ароматизатор натуральный – ваниль.
- Г) Состав: сахар, какао тёртое, какао-масло, сливки сухие, молоко сухое, эмульгатор соевый лецитин, ароматизатор «Ваниль».

### Задание 7.

Как вы думаете, для чего на этом этикетке шоколада крупным шрифтом написано: «СОДЕРЖАНИЕ КАКАО-ПРОДУКТОВ НЕ МЕНЕЕ 31%»

**СТБ 2211-2011**  
**РЦ ВУ 100088732.741-2011**

Состав: сахар, какао-масло, какао тёртое, сливки сухие, молоко сухое, эмульгатор лецитин, ароматизатор натуральный «Ваниль». СОДЕРЖИТ МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ, ЛЕЦИТИН СОЕВЫЙ. МОЖЕТ СОДЕРЖАТЬ СЛЕДЫ АРАХИСА, ДРУГИХ ОРЕХОВ.

**СОДЕРЖАНИЕ КАКАО-ПРОДУКТОВ НЕ МЕНЕЕ 31 %.**

Средние значения пищевой ценности в 100 г продукта:

энергетическая ценность	2303 кДж (550 ккал)
белки	7,8 г
жиры в том числе массовая доля насыщенных жирных кислот массовая доля трансизомеров ненасыщенных жирных кислот	35,7 г 20,4 % 0 %
углеводы	51,5 г

Отметьте один верный вариант ответа.

- А) чтобы дать понять, что это хороший молочный шоколад
- Б) чтобы покупатели познакомились с составом продукта
- В) чтобы покупатели могли опознать некачественный продукт
- Г) чтобы покупатели понимали, как произведен шоколад

### Задание 8.

Назовите два условия, при которых Айгуль сможет есть шоколад, не нарушая принципов здорового питания.

Условие 1.
------------

Условие 2.
------------