

An tSraith Shóisearach Topaic 1 Nótaí an Mhúinteora



FORAMHARC

Aidhm

Is é aidhm an mhúinteora, sa topaic seo, plé a chothú i measc na ndaltaí féachaint cén t-eolas atá acu ar lipéadú bia agus na rialacha agus na rialacháin a ghabhann le lipéadú bia a scrúdú agus a phlé.

Aidhmeanna na Foghlama

Ag deireadh na topaice seo, ba chóir daltaí in ann anailís a dhéanamh ar an eolas ar lipéid bhia agus úsáid a bhaint as, agus an t-eolas a chaithfidh a bheith ar lipéad bia, de réir dlí, a thuiscint agus a mhíniú.

Acmhainní

- Sleamhnáin seomra ranga
- Bileoga gníomhaíochta

Struchtúr

Dhá sheisiún atá i gceist anseo.

Seisiún 1

- Ainm an bhia
- Liosta na gcomhábhar
- An méid i gcás comhábhar áirithe
- An glanmhéid
- Treoracha maidir le húsáid (más gá)
- Treoir maidir le marthanacht íosta (dáta 'Úsáid roimh' nó 'Is fearr roimh')
- Coinníollacha stórála agus/nó coinníollacha úsáide

Seisiún 2

- Ainm nó ainm gnó agus seoladh oibreoir an ghnó bhia
- An áit as ar tháinig an bia (má thugtar le tuiscint é)
- Ailléirginí bia (tá 14 díobh ann móide ábhair a dhíorthaíonn uathu)
- Eolas ar chothú
- An cion alcóil



SLEAMHNÁN 1

Ransú smaointe

Fiafraigh de na daltaí:

- Cén cineál eolais a thugtar ar lipéad bia?
- An féidir leis an eolas ar lipéad bia cabhrú leat roghanna eolacha sláintiúla maidir le bia a dhéanamh?



Sleamhnán 1

An tSraith Shóisearach Topaic 1 Nótaí an Mhúinteora



SLEAMHNÁN 2

Foramharc ar lipéadú bia

Mínítear sa sleamhnán seo an tábhacht a ghabhann le lipéadú bia.

Taispeáin an sleamhnán 'Foramharc ar lipéadú bia'

Mínigh do na daltaí go bhfuil dlí ann maidir le lipéadú bia le cinntiú gur féidir leis an bpobal roghanna eolacha maidir le bia a dhéanamh.

Céard is lipéadú bia ann?

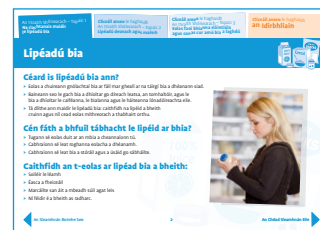
- Eolas a chuireann gnólachtaí bia ar fáil mar gheall ar na táirgí a dhéanann siad.
- Baineann seo le gach bia a dhíoltar go díreach leatsa, an tomhaltóir, agus le gach bia a dhíoltar le caiféanna, bialanna agus áiteanna lónadóireachta eile.
- Tá dlíthe ann maidir le lipéadú bia: caithfidh na lipéid a bheith cruinn agus níl cead eolas míthreorach a chur orthu.

Cén tábhacht atá le lipéid ar bhia?

- Tugann sé eolas duit ar an mbia a cheannaíonn tú.
- Cabhraíonn sé leat roghanna eolacha a dhéanamh.
- Cabhraíonn sé leat bia a stóráil agus a úsáid go sábháilte.

Caithfidh an t-eolas ar lipéid bhia a bheith:

- Soiléir le léamh
- Éasca a fheiceáil
- Marcáilte san áit a mbeadh súil agat leis
- Ní féidir é a bheith as radharc.



Sleamhnán 2

SLEAMHNÁN 3

Eolas éigeantach

Taispeántar paca sa sleamhnán seo agus aibhsítear 11 phíosa eolais is gá, de réir dlí, a bheith le feiceáil ar lipéad bia.

Taispeáin an sleamhnán 'Eolas éigeantach'

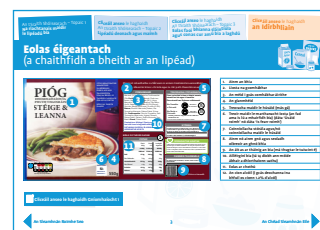
Seo iad na réimsí aibhsithe:

1. Ainm an bhia
2. Liosta na gcomhábhar
3. An méid i gcás comhábhar áirithe
4. An glanmhéid
5. Treoracha maidir le húsáid (más gá)
6. Treoir maidir le marthanacht íosta (dáta 'Úsáid roimh' nó dáta 'Is fearr roimh')
7. Coinníollacha stórála agus/nó coinníollacha úsáide
8. Ainm nó ainm gnó agus seoladh oibreoir an ghnó bhia san AE
9. An áit as ar tháinig an bia (má thugtar le tuiscint é)
10. Ailléirginí bia (tá 14 díobh ann móide ábhair a dhíorthaíonn uathu)
11. Eolas ar chothú

Lena chois sin, ní mór an cion alcóil a thabhairt i gcás deochanna ina bhfuil os cionn 1.2% d'alcól.

Gníomhaíocht Bheirte – Bileog Gníomhaíochta 1

Tabhair bileog gníomhaíochta do gach beirt. Iarrtar ar na daltaí na 11 phíosa eolais a chaithfidh a bheith ar lipéad bia a ainmniú agus a aimsiú sa phictiúr atá tugtha.



Sleamhnán 3



Gníomhaíocht 1

An tSraith Shóisearach Topaic 1 Nótaí an Mhúinteora

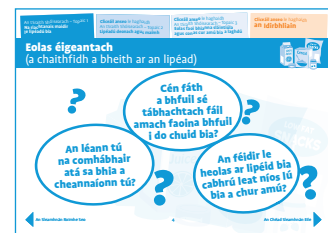


SLEAMHNÁN 4

Ransú smaointe

Fiafraigh de na daltaí:

- Cén fáth a bhfuil sé tábhachtach fáil amach faoina bhfuil i do chuid bia?
- An léann tú na comhábhair atá sa bhia a cheannaíonn tú?
- An féidir le heolas ar lipéid bia cabhrú leat níos lú bia a chur amú?



Sleamhnán 4

SLEAMHNÁN 5

1. Ainm an bhia

Mínítear sa sleamhnán na rialacha atá ann maidir le hainmneacha a d'fhéadfadh a bheith bréagach nó míthreorach.

Taispeáin an sleamhnán 'Ainm an bhia'

Tá sé in aghaidh an dlí ainm nó eolas bréagach nó míthreorach a thabhairt ar lipéad bia.

Trí chineál ainmneacha atá ann:

- **Ainm dlíthiúil** – Má tá ainm dlíthiúil ar bhia – ainm atá leagtha síos de réir dlí – ansin caithfear an t-ainm sin a úsáid. Samplaí d'ainmneacha dlíthiúla is ea im, bainne, subh, sú, torthaí, siúcra agus uisce mianraí nádúrtha.
- **Gnáthainm** – Ainm is ea é seo a ghlactar de réir a chéile gan aon ghá le míniú breise, mar shampla méara éisc nó toirtín Bakewell nó champ.
- **Ainm tuairisciúil** – Ní mór d'ainm tuairisciúil a bheith cruinn go leor le cur síos a dhéanamh ar an mbia agus chun idirdhealú a dhéanamh idir é agus táirgí bia eile atá cosúil leis. Ba chóir treoracha maidir le húsáid a chur ar fáil, más gá. Samplaí d'ainmneacha tuairisciúla is ea glasraí suaithfhriochta agus sceallóga oighinn.

Is féidir go n-úsáidfí trádmharcanna, ainmneacha branda, nó ainmneacha cumtha le cois ainm an bhia.

Má reodh an bia go tapa nó más dlúthbhia é, ansin ní mór é sin a chur in iúl in ainm an bhia.

Iarr ar na daltaí na ceisteanna atá le feiceáil ar a gcuid scáileán a fhreagairt.

Ní ainm ceart atá ar an dara pictiúr den quiche de bhrí nach bhfuil sé cruinn go leor chun a bhfuil sa táirge a chur in iúl duitse, an tomhaltóir.



Sleamhnán 5

SLEAMHNÁN 6

2. Liosta na gcomhábhar

Taispeántar sa sleamhnán seo dhá shampla de **liosta comhábhar** agus mínítear an t-ord ina gcaithfear na comhábhair a liostú.

Taispeáin an sleamhnán 'Liosta na gcomhábhar'

Insíonn **liosta comhábhar** duitse, an tomhaltóir, céard go díreach atá sa bhia.

- Liostaítear iad in ord meáchain anuas, ag tosú leis an gcomhábhar is troime.
- Má rinneadh athrú ar riocht fisiceach an bhia nó má rinneadh cóireáil ar chomhábhar, is gá an t-athrú sin a liostú taobh leis an gcomhábhar, mar shampla, rísíní triomaithe, piseanna talún rósta etc.
- Bia de chomhábhar amháin, mar shampla cáis, siúcra agus im, ní gá **liosta comhábhar** a thabhairt.
- Caithfear foinsí olaí plandúla a thabhairt i liosta na gcomhábhar, mar shampla ola phailme.
- Caithfear an aidiacht 'ainmhí' a thabhairt i gcás olaí de bhunús ainmhí, nó speiceas an ainmhí a lua.



Sleamhnán 6

An tSraith Shóisearach Topaic 1 Nótaí an Mhúinteora



SLEAMHNÁN 7

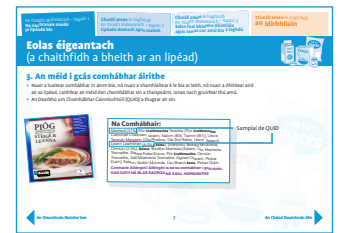
3. An méid i gcás comhábhar áirithe

Taispeántar sa sleamhnán seo pictiúr agus liosta na gcomhábhar i bPíóg Stéige agus Leanna. Mínítear ann an uair a chaithfear an méid i gcás comhábhar áirithe a thaispeáint ar lipéad bia le cinntiú nach gcuirtear tomhaltóirí amú.

Taispeáin an sleamhnán ‘An méid i gcás comhábhar áirithe (QUID)’

An méid i gcás comhábhar áirithe (QUID)

Nuair a bhíonn comhábhar ina chuid d’ainm bia, nó nuair a shamhlaítear é leis an mbia, nó nuair a chuirtear béim air sa lipéadú (‘Píóg Stéige agus Leanna’ mar shampla), caithfear an méid den chomhábhar sin atá sa bhia a thaispeáint. An Dearbhú um Chomhábhar Cairníochtúil (QUID) a thugtar air sin.



Sleamhnán 7

SLEAMHNÁN 8

4. An glanmhéid

Taispeántar sa sleamhnán seo pictiúr den tslí ina dtaispeántar an glanmhéid ar lipéad bia.

Taispeáin an sleamhnán ‘An Glanmhéid’

Is é an glanmhéid an meáchan atá sa táirge, gan an pacáistiú. Cabhraíonn sé leatsa, an tomhaltóir, an costas de réir méide a áireamh agus tugann sé eolas duit ar chothú agus ar mhéid an sciar bhia.

- Is gá é a chur ar fáil in aonaid mhéadracha (i gcileagraim agus i ngram nó i lítir agus i millilítir).
- Is féidir é a chur ar fáil i bpointe agus in unsaí, leis.

Fiafraigh de na daltaí cén fáth a bhfuil sé tábhachtach an glanmheáchan a thabhairt ar lipéad.

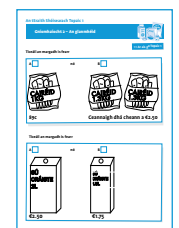
Gníomhaíocht Aonair – Bileog gníomhaíochta 2

Tabhair bileog gníomhaíochta do gach dalta. Déanann na daltaí comparáid idir praghas agus meáchan táirgí ar leith féachaint céard é an margadh is fearr ó thaobh praghsais.

Freagraí. Cairéid – is é rogha A an margadh is fearr. Sú – is é rogha B an margadh is fearr.



Sleamhnán 8



Gníomhaíocht 2

SLEAMHNÁN 9

5. Treoracha maidir le húsáid

Taispeántar sa sleamhnán seo pictiúr de thrí chineálacha treoracha maidir le húsáid.

Ransú smaointe

Chun plé a spreagadh, cuir na ceisteanna seo a leanas:

1. Cén fáth is gá bia a ullmhú de réir threoracha an déantóra?
2. Cad iad na cineálacha bia a mbeadh treoracha maidir le húsáid ag teastáil leo?
3. Conas a leagtar na treoracha seo amach?

Taispeáin an sleamhnán ‘Treoracha maidir le húsáid’

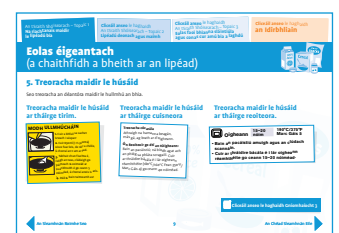
Cad iad na cineálacha bia a mbeadh treoracha ag teastáil chun iad a úsáid?

Caithfear treoracha maidir le húsáid a thabhairt más amhlaidh go mbeadh sé deacair an bia a úsáid i gceart gan treoracha.

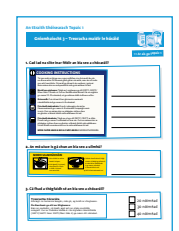
Conas a leagtar na treoracha seo amach? Caithfidh siad a bheith mionsonraithe go leor chun gur féidir an bia a ullmhú nó a úsáid i gceart, mar shampla an t-am nó an teocht ceart le héineoil amh nó táirgí feola a chócaráil le go mbeidh siad sábháilte le n-ithe. Ní leor siombailí amháin a úsáid.

Gníomhaíocht Bheirte – Bileog Gníomhaíochta 3

Tabhair bileog gníomhaíochta do gach beirt. Scrúdaíonn na daltaí trí shraith treoracha maidir le húsáid agus freagraíonn siad ceisteanna mar gheall ar an tslí le bianna áirithe a chócaráil. Iarr samplaí ar na daltaí de chineálacha bia is féidir a chócaráil ar mhodhanna éagsúla – gríoscaidh, friochadh, beiriú, bácáil, galú. Fiafraigh díobh cé acu slite cócarála is sláintiúla.



Sleamhnán 9



Gníomhaíocht 3

An tSraith Shóisearach Topaic 1 Nótaí an Mhúinteora



SLEAMHNÁN 10

6. Treoir maidir le marthanacht íosta

Liostaítear sa sleamhnán seo dhá chineál dátaí maidir le marthanacht íosta a fhaightear ar lipéid, le samplaí. Tugtar an t-eolas seo mar gheall ar stóráil agus úsáid bia chun cabhrú leat bia a úsáid go sábháilte agus an méid de a chuirtear amú a laghdú.

Taispeáin an sleamhnán ‘Treoir maidir le marthanacht íosta’

Is eolas faoi stóráil agus úsáid bia atá sa dáta marthanachta íosta. Féachann sé le cabhrú leat bia a úsáid go sábháilte agus cur amú bia a laghdú. Dhá phríomhchineál marc dátaí atá ann.

1. Is fearr roimh

Bíonn an marc dáta seo le feiceáil ar fhormhór na mbianna réamhphacáilte. Is féidir an bia a ithe i ndiaidh an dáta seo ach tá seans beag ann nach mbeidh sé chomh maith céanna.

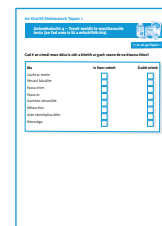
2. Úsáid roimh

Bíonn an marc dáta seo le feiceáil ar fhormhór na mbianna solofa. Caithfear dáta ‘Úsáid roimh’ a thabhairt ar gach sciar aonair in ilphacaí bia. Is féidir nimhiú bia a tholg má itheann tú an bia tar éis an dáta sin.

Cabhraíonn dátaí ‘Díol roimh’ agus ‘Taispeáin go dtí’ le hoibrithe siopa fios a bheith acu cathain is cóir táirge a bhaint den tseilf. Ní bhíonn na lipéid seo ag teastáil de réir dlí, ach is cabhair iad do ghnólaigh bia a bhíonn ag iarraidh an stoc earraí a rothlú ar an tslí is éifeachtaí. Moltar gan na dátaí seo a chur díreach in aice leis na dátaí ‘Úsáid roimh’ agus ‘Is fearr roimh’ ionas nach gcuirfear mearbhall ar an tomhaltóir. Caithfear dáta ‘Úsáid roimh’ a thabhairt ar gach sciar aonair in ilphacaí bia. Gheofar tuilleadh eolais ag: <http://www.safefood.eu/Food-safety/Cut-Food-Waste.aspx>



Sleamhnán 10



Gníomhaíocht 4

Gníomhaíocht Bheirte – Bileog Gníomhaíochta 4

Tabhair bileog gníomhaíochta do gach beirt. Déanann na daltaí athbhreithniú ar liosta bianna agus piocann siad amach an marc dáta ceart i gcás gach bia – ‘Is fearr roimh’ nó ‘Úsáid roimh’.

Freagraí

Uachtar reoite (Is fearr roimh), pónairí bÁCáilte (Is fearr roimh), pasta tirim (Is fearr roimh), pasta úr (Úsáid roimh), liamhás cócaráilte (Úsáid roimh), méara éisc (Is fearr roimh), arán réamhphacáilte (Is fearr roimh), craicir (Is fearr roimh).

SLEAMHNÁN 11

7. Coinníollacha stórála agus/nó coinníollacha úsáide

Taispeántar sa sleamhnán trí shamplaí de **coinníollacha stórála**.

Taispeáin an sleamhnán ‘Coinníollacha stórála agus/nó coinníollacha úsáide’

Déan de réir na comhairle maidir le coinníollacha stórála agus/nó coinníollacha úsáide le bheith cinnte go mairfidh an bia go dtí an dáta a thaispeántar murar osclaíodh é, nó go mbeidh sé sábháilte tar éis é a oscailt.

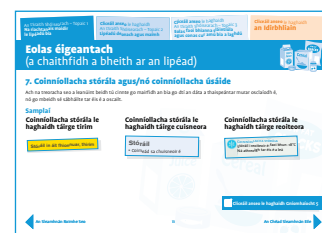
Caithfear **coinníollacha speisialta stórála** nó úsáide a thabhairt más amhlaidh:

- Gur gá rudaí áirithe a dhéanamh tar éis an bia a oscailt, chun go mbeidh sé sábháilte le hithe,
- Mar shampla ‘coimeád sa chuisneoir é tar éis é a oscailt agus ith laistigh de thrí lá’
- Go bhfuil roghanna éagsúla ar fáil, mar shampla, ‘oiriúnach le reo ag an mbaile’
- Nach bhfuil an bia oiriúnach le húsáid i gcásanna áirithe, mar shampla, ‘mí-oiriúnach
- Le friochadh’ nó ‘croith go maith sula n-úsáideann tú é’
- Is míreanna éigeantacha iad treoracha maidir le stóráil ar tháirgí a bhfuil dáta ‘Úsáid roimh’ orthu

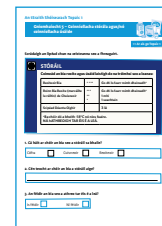
Iarr ar na daltaí samplaí a thabhairt de tháirgí ar gá na **coinníollacha speisialta stórála** seo a thaispeáint orthu.

Gníomhaíocht Aonair – Bileog gníomhaíochta 5

Tabhair bileog gníomhaíochta do gach dalta. Scrúdaíonn an dalta lipéad agus freagraíonn ceisteanna mar gheall ar an tslí le bia a stóráil agus a athreo.



Sleamhnán 11



Gníomhaíocht 5



SLEAMHNÁN 12

Deireadh le Seisiún 1

Roghanna sláintiúla maidir le bia a dhéanamh

Is sleamhnán é seo ina measúnaítear an méid atá foghlamtha. Feicfear dhá cheist ar an scáileán a chabhróidh leis na daltaí dul siar ar an méid a d'fhoghlaim siad sa rang.

Taispeáin an sleamhnán 'Roghanna sláintiúla maidir le bia a dhéanamh'

Fiafraigh de na daltaí:

- Conas a chabhraíonn an t-eolas ar lipéad bia leat roghanna níos sláintiúla maidir le bia a dhéanamh?
- Cad is féidir a sheiceáil ar lipéad bia chun an méid bia a chuirtear amú a laghdú?



Sleamhnán 12

An tSraith Shóisearach Topaic 1 Nótaí an Mhúinteora

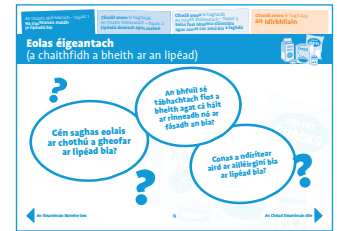


SLEAMHNÁN 13

Ransú smaointe

Fiafraigh de na daltaí:

- An bhfuil sé tábhachtach fios a bheith agat cá háit ar rinneadh bia?
- Cén cineál eolais ar chothú a thugtar ar lipéad bia?
- Conas a ndírítear aird ar ailléirginí bia ar lipéad bia?



Sleamhnán 13

SLEAMHNÁN 14

8. Ainm nó ainm gnó agus seoladh oibreoir an ghnó bhia

Mínítear sa sleamhnán seo an t-eolas a chaithfidh a bheith ar lipéad mar gheall ar oibreoir gnó bia. Taispeántar ar an scáileán seo, leis, pictiúir de lipéid shamplacha.

Taispeáin an sleamhnán ‘Ainm nó ainm gnó agus seoladh oibreoir an ghnó bhia’

Caithfidh ainm nó ainm gnó agus seoladh oibreoir an ghnó bhia san Aontas Eorpach a bheith ar an lipéad bia.



Sleamhnán 14

SLEAMHNÁN 15

9. An áit as ar tháinig an bia

Mínítear sa sleamhnán seo gur gá an áit as ar tháinig an bia a thaispeáint ar lipéad má thugtar le tuiscint san ainm gur tháinig an bia as tír éigin eile nó go ndearnadh i dtír éigin eile é.

Taispeáin an sleamhnán ‘Áit tionscnaimh nó foinse.’

Is minic a úsáidtear an téarma ‘áit tionscnaimh’ nó ‘foinse’ chun an áit óna dtagann táirge bia a chur in iúl.

Mír éigeantach is ea áit tionscnaimh nó foinse bia maidir le bianna áirithe, mar shampla mairteoil, mil, ola oílige, éisc agus beidh sé éigeantach ó Aibreán 2015 maidir le muiceoil, caoireoil, feoil ghabhar agus éineoil. Caithfear é a thabhairt má thugann an lipéad le tuiscint gur tháinig an bia as tír éigin eile nó go ndearnadh i dtír éigin eile é.

Má tá eolas eile ar an lipéad a thabharfadh áit tionscnaimh an bhia le tuiscint, ba chóir an dearbhú maidir le tír thionscnaimh a bheith feiceálach agus cruinn go leor chun eolas bréagach a sheachaint.

Taispeántar sa sleamhnán sampla den tslí cheart agus den tslí mhícheart le háit tionscnaimh nó foinse a thaispeáint ar lipéad. Ní féidir ‘Bradán Éireannach deataithe’ a thabhairt ar bhradán a fuarthas san Iorua ach a deataíodh in Éirinn. ‘Bradán Ioruach a deataíodh in Éirinn’ nó ‘Bradán iompórtáilte a deataíodh in Éirinn’ a chaithfear a thabhairt air. Dá dtabharfaí ‘Bradán Éireannach deataithe’ ar an mbradán Ioruach sa sampla sin, bheadh an lipéad mícheart, mar thabharfadh sé le tuiscint gur bradán Éireannach a bhí ann, nuair nach ea.



Sleamhnán 15

An tSraith Shóisearach Topaic 1 Nótaí an Mhúinteora



SLEAMHNÁN 16

10. Ailléirginí bia

Taispeántar sa sleamhnán seo eolas ar na 14 ailléirgin bia a gcaithfear aird a dhíriú orthu, de réir dlí, i liosta na gcomhábhar ar lipéad bia.

Taispeáin an sleamhnán 'Ailléirginí bia'

Is cineálacha íogaireachta i leith bia iad ailléirgí bia, éadulaingt bia agus galar céiliach ina dtagann daoine chun bheith tinn tar éis gnáthbhia cothaitheach a ithe. Tá sé tábhachtach go gcabhródh lipéid bhia le daoine a bhfuil ailléirge orthu le bia nó bianna áirithe nó atá éadulangach ar bhia áirithe roghanna sábháilte maidir le bia a dhéanamh.

- Tá 14 bhia ann a chaithfear a lua ar lipéad bia má úsáidtear iad i dtáirge bia (i méid ar bith), ach amháin dé-ocsaídí sulfair agus suilfítí, nach gá a lipéadú ach amháin má chuirtear leis an mbia iad i dtiúchan de bhreis is 10mg/kg nó 10mg/l.
- Is iad na 14 ailléirgin bia:
 1. Piseanna talún
 2. Cnónna (almóinní, cnónna coill, gallchnónna, cnónna caisiú, cnónna peacáin, cnónna Brasaíleacha, cnónna piostáise agus cnónna macadaimia)
 3. Gránaigh ina bhfuil glútan* (cruithneacht, eorna, seagal, coirce, speilt agus kamut)
 4. Uibheacha
 5. Bainne
 6. Iasc
 7. Lúipín
 8. Mustard
 9. Síolta seasamain
 10. Moilisc (diúilicíní agus oisrí, mar shampla)
 11. Crústaigh (gliomaigh agus portáin, mar shampla)
 12. Pónairí soighe
 13. Soilire
 14. Dé-ocsaídí sulfair agus suilfítí

* Bíonn níos lú ná 20mg de ghlútan sa chileagram i mbia a dtugtar bia 'saor ó ghlútan' air. Bíonn níos lú ná 100mg de ghlútan sa chileagram i mbia a dtugtar bia 'ar bheagán glútain' air.

- **Ailléirge bia** – freagairt dhíobhálach imdhíonachta i leith próitéin bhia
- **Éadulaingt bia** – frithghníomhú diúltach, tar éis tamall fada, go minic, i leith bia, deoch, breiseán bia, nó comhábhar a fhaightear i mbia as a leanann comharthaí i mball amháin nó níos mó den chorp nó i gcóras amháin nó níos mó den chorp, ach ní bhíonn tionchar aige ar an gcóras imdhíonachta.
- **Galar céiliach** – Toradh ar fhrithghníomhú in aghaidh an phróitéin ghlútain a fhaightear i gcruithneacht agus i ngránaigh eile ar nós eorna agus seagail
- Is gnách comhartha a fháil láithreach má bhíonn frithghníomhú ailléirgeach ort le bia. Is féidir le duine a bhfuil ailléirge air nó uirthi le bia éirí an-tinn nó fiú bás a fháil láithreach. I gcás éadulaingt bia agus galar céiliach is gnách na comharthaí a bheith le brath tar éis tamall níos faide ná i gcás ailléirge le bia.
- Ní luaitear traséilliú sa reachtaíocht mar sin is féidir le hoibreoirí gnó bia 'Is féidir go mbeadh... ann' a úsáid i gcónaí má tá baol ann.

Gníomhaíocht Ranga – Plé i nGrúpa

Pléigh an liosta ailléirginí leis na daltaí.

- An bhfuil ionadh orthu faoi aon cheann de na bianna atá ar an liosta?
- An bhfuil ionadh orthu faoi aon cheann de na bianna nach bhfuil ar an liosta?



Sleamhnán 16

An tSraith Shóisearach Topaic 1 Nótaí an Mhúinteora



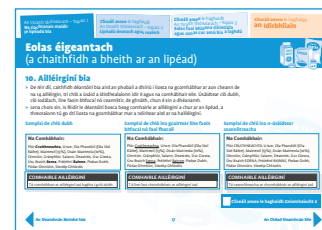
SLEAMHNÁN 17

10. Ailléirginí bia

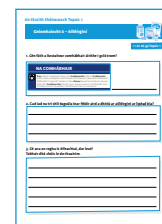
Taispeántar sa sleamhnán seo eolas ar na 14 ailléirgin bia a gcaithfear aird a dhíriú orthu, de réir dlí.

Taispeáin an sleamhnán ‘Ailléirginí bia’

Tá sé tábhachtach lipéad soiléir a bheith ar tháirge bia chun eolas cruinn a thabhairt ar chomhábhair an bhia do na tomhaltóirí sin ar gá dóibh ailléirginí bia a sheachaint. De réir dlí, caithfidh déantóirí bia aird an phobail a dhíriú i liosta na gcomhábhar ar aon cheann de na 14 ailléirgin, trí chló a úsáid a idirdhealaíonn idir é agus na comhábhair eile. Úsáidtear cló dubh, cló lodálach, líne faoin bhfocal nó ceannlitir, de ghnáth, chun é sin a dhéanamh. Lena chois sin, is féidir le déantóirí bosca beag comhairle ar ailléirginí a chur ar an lipéad, chun tú a threorú chuig liosta na gcomhábhar, mar a ndírítear aird ar na hailléirginí.



Sleamhnán 17



Gníomhaíocht 6

Gníomhaíocht Ranga – Plé i nGrúpa

Pléigh leis na daltaí samplaí den tslí ar tarraingíodh aird ar na 14 ailléirgin bia.

Fiafraigh:

- Ar thug siad an nós sin faoi deara ar aon lipéad bia?
- Cé acu rogha is éifeachtaí, dar leo?

Gníomhaíocht Bheirte – Bileog Gníomhaíochta 6

Tabhair bileog gníomhaíochta do gach beirt. Iarrtar ar na daltaí scrúdú a dhéanamh ar liosta comhábhar ar lipéad agus ceisteanna a fhreagairt maidir leis an tslí ina ndírítear aird ar ailléirginí.

SLEAMHNÁN 18

11. Eolas ar chothú

Taispeántar sa sleamhnán seo samplaí den dá phríomhshlí atá ann le heolas ar chothú a thabhairt ar lipéad.

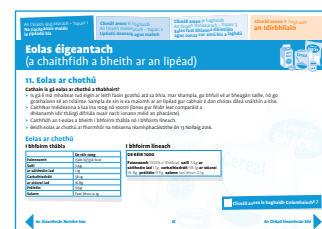
Taispeáin an sleamhnán ‘Eolas ar chothú’

Is gá eolas ar chothú a thabhairt má mhaítear go bhfuil cothú speisialta i mbia, mar shampla, gur beag saill atá ann, nó nuair a mhaítear go bhfuil an bia go maith don tsláinte, mar shampla go gcabhraíonn an snáithín leis an gcóras díleá. Beidh eolas ar chothú ar fhormhór na mbianna réamhphacáistithe ón 13 Nollaig 2016.

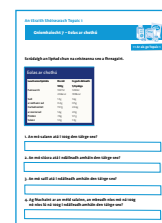
- Ba cheart tagairt a dhéanamh in eolas ar chothú do mhéideanna 100g nó 100ml chun gur féidir le tomhaltóirí comparáid a dhéanamh idir táirgí i bpacaí nach bhfuil ar an méid céanna.
- Caithfear an t-eolas a chur ar fáil i bhfoirm thábla nó i bhfoirm líneach. Is fearr tábla má tá an spás ann chuige.

Gníomhaíocht Bheirte – Bileog Gníomhaíochta 7

Tabhair bileog gníomhaíochta do gach beirt. Iarrtar ar na daltaí liosta eolais ar chothú a scrúdú féachaint cén méid salainn, siúcra agus saille de réir 100g agus de réir dáileadh. Clíceáil anseo chun dul chuig



Sleamhnán 18



Gníomhaíocht 7

An tSraith Shóisearach Topaic 1 Nótaí an Mhúinteora



SLEAMHNÁN 19

12. Cion Alcóil

Taispeántar sa sleamhnán seo pictiúir de lipéid bhia ina bhfuil 1.2% de chion alcóil sa táirge. Caithfear an cion alcóil a thabhairt i gcás deochanna ina bhfuil os cionn 1.2% d'alcól.



Sleamhnán 19

SLEAMHNÁN 20

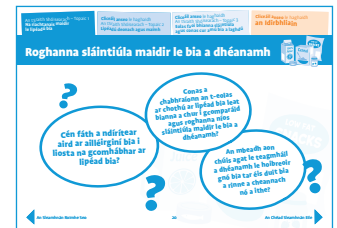
Roghanna sláintiúla maidir le bia a dhéanamh

Is sleamhnán é seo ina measúnaítear an méid atá foghlamtha. Feicfear trí cheist ar an scáileán, chun na daltaí a threorú chun dul siar ar an méid a d'fhoghlaim siad sa rang.

Taispeáin an sleamhnán 'Roghanna sláintiúla maidir le bia a dhéanamh'

Fiafraigh de na daltaí:

- Cén fáth a gcuirtear béim ar ailléirginí bia i liosta na gcomhábhar ar lipéad bia?
- Conas a chabhraíonn an t-eolas ar lipéad bia leat bianna a chur i gcomparáid agus rogha níos sláintiúla maidir le bia a dhéanamh?
- An mbeadh aon chúis agat le teagmháil a dhéanamh le hoibreoir gnó bhia tar éis duit bia a rinne siad a cheannach nó a ithe?
- Cérbh é an mhír eolais ba shuimiúla a d'fhoghlaim tú inniu?



Sleamhnán 20