

1. Creați un document pe care să îl formatați astfel:

- Dimensiunea hârtiei: A4
- Marginile:
 - Sus: 1,5 cm
 - Jos: 1,5 cm
 - Stânga: 1 cm
 - Dreapta: 1 cm
 - Pentru îndoire: 1,5 cm
 - Poziție îndoire: sus
 - Orientarea paginii: Vedere

2. Adăugați documentului antet și subsol.

- Antetul să conțină *numele vostru* în partea **stânga**, scris cu font *Rockwell*, 12 și îngroșat și în **dreapta** ora inserată automat
- Subsolul să conțină la **stânga** *numele școlii voastre* și pe **centru** *numărul paginii* scris cu cifre romane

3. Realizați:

Piramida alimentară

4. Căutați cu un motor de căutare o imagine cu piramida alimentară și inserați-o în document



5. Realizați următorul tabel.

Denumire	Proteine	Lipide	Glucide	Calorii	Gramaj
Banane	1,30	0,40	24	94	100 g
Big Mac	11,80	11,70	19,90	232	100 g
Coca Cola	0	0	11	44	100 g

6. Adăugați încă două rânduri cu două alimente pe care le consumați frecvent și folosind o formulă de calcul automat, realizați totalul.

7. Aplicați o bordură artistică cu prăjituri și o inscripționare particularizată pe diagonală cu numele vostru scris cu culoarea roșie.