Pravilna prehrana i prehrambene navike

1. Spoji pojmove!

ugljikohidrati

voda hranjive tvari

minerali

masti druge tvari iz hrane

bjelančevine

vitamini

1. Ako je odgovor točan zaokruži DA,a ako je netočan zaokruži NE.

Hrana su sve namirnice koje čovjek upotrebljava u prehrani. DA NE

Pravilna prehrana znači uzimanje istih namirnica svakodnevno. DA NE

Sol, masti i ulja moraju se uzimati u većim količinama. DA NE

Treba jesti samo dva puta na dan. DA NE

Hrana može biti biljnog i životinskog podrijetla. DA NE

Hrana štiti tijelo od bolesti. DA NE

Hrana ne daje tijelu energiju. DA NE

1. Na prazne crte upiši nazive namirnica.

