

Харчування підлітків

Обери продукти, які корисні для нашого здоров'я



Познач, які з наведених тверджень є правильними:

- ☐ Пити щодня не менше 1,5–2 літрів води
- ☐ Свіжі овочі та фрукти треба мити перед споживанням
- ☐ Продукти можна зберігати без холодильника, якщо вони заповані
- ☐ Краще не звертати увагу на термін придатності, якщо виглядає нормально



Встав пропущені слова в речення:

- 1) Вода важлива для _____ організму.
- 2) Недотримання умов зберігання продуктів може призвести до _____
- 3) Основні правила безпечного харчування – це: миття _____, перевірка _____, термічна _____ продуктів.



Автор: Карандаш С.М.