

الوجبات الخفيفة

غذائي

المادة: التربية الأسرية

الاسم:

الصف: خامس ()



تناولتُ فطوري الساعة ٦ صباحًا.
أكلتُ:  +  + 

تناولتُ عشايتي الساعة ٧ مساءً.
أكلتُ: + +

تناولتُ وجبة خفيفة الساعة ١٠ صباحًا.
أكلتُ: + +

تناولتُ غذائي الساعة ٢ بعد الظهر.
أكلتُ:    

أمامك وجبات غذائية صحية أكملها الناقص منها بالصور أو بالرسم.

أ/ موزني فيصل البصيص