



Nesta atividade, aprenda os alimentos que formam uma alimentação balanceada. Ouça e aprenda o nome em inglês de cada uma delas!

Healthy food

and Balanced Diet



Uma alimentação saudável tem um pouco de cada nutrientes abaixo.

Carbohydrate

 Potato

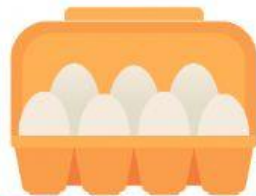


 Rice



Protein

 Eggs



 Meat



Fat

 Olive oil



 Butter



Minerals

 Fruit

 Vegetables



Vitamins



Fibers



Water



Dairy products

Milk 



 Cheese