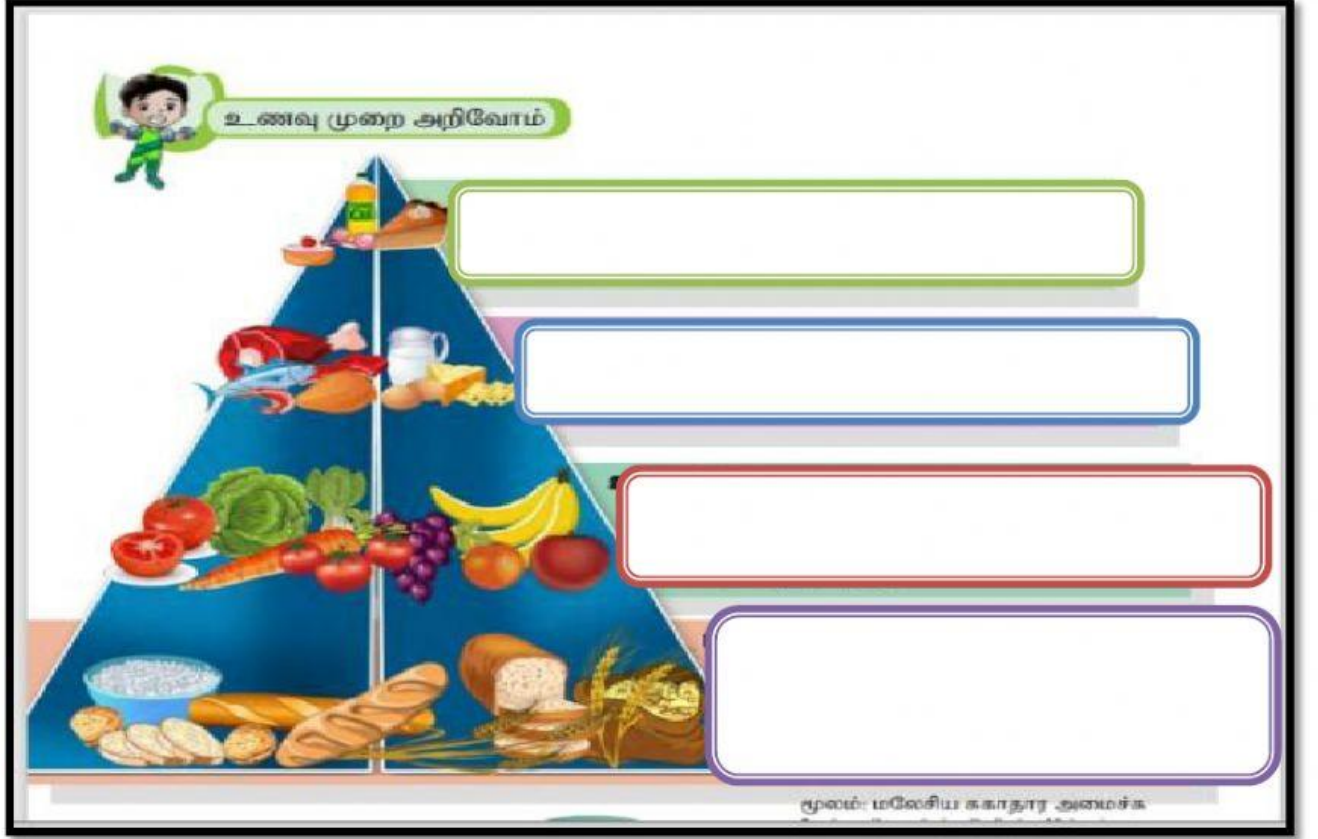


பெயர் : _____

ஆண்டு : 4 _____

கட்டளை : சரியான உணவு மூலங்களை அடையாளம் காணுதல்.



புரதச் சத்து - மிதமான அளவு
உடல் வளர்ச்சிக்கும் பாதிப்படைந்த அணுக்களையும் புதுப்பிக்க உதவுகிறது.

ஊட்டச் சத்து - அதிகமான அளவு
நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை உண்டாக்கி, உடல் நோய் நொடியில்லாமல் பேணிக் காக்க உதவுகிறது.

கொழுப்புச் சத்து - மிகக் குறைந்த அளவு
உடலுக்கு ஏற்ற சக்தியையும் வெப்பத்தையும் தருகின்றது.

மாவுச் சத்து - மிக அதிகமான அளவு
உடலுக்குப் போதிய சக்தியையும், வெப்பத்தையும் தந்து, உடல் ஆரோக்கியமாக இருக்க உதவுகிறது.

ஆக்கம் : ஆசிரியை அன்னஜோதி

ஆக்கம் : ஆசிரியை அன்னஜோதி

 **LIVEWORKSHEETS**