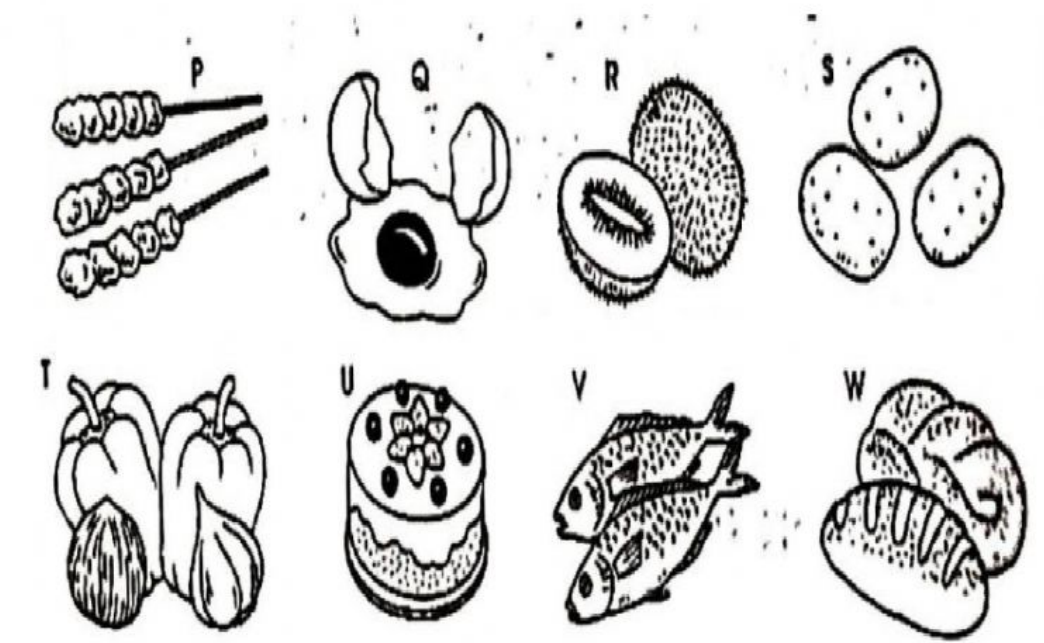


**A 将食物所含的营养素分类。将代表食物的字母写在圆圈里。**



|    |
|----|
| 脂肪 |
|    |
|    |

|     |
|-----|
| 维生素 |
|     |
|     |

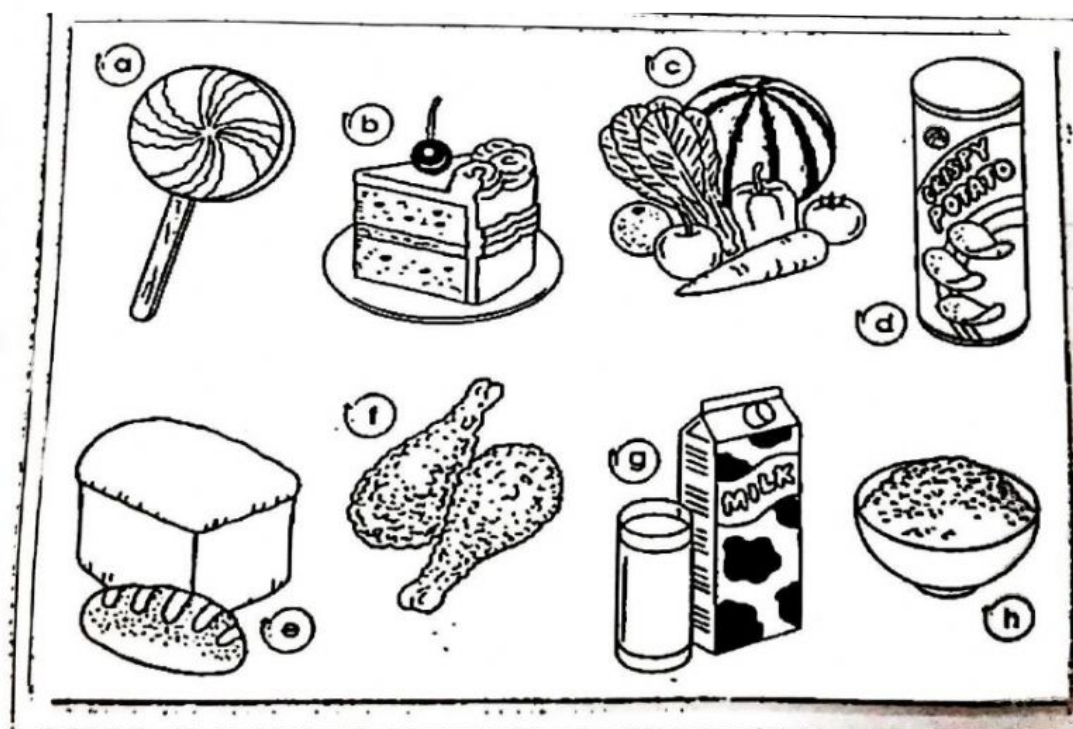
|     |
|-----|
| 蛋白质 |
|     |
|     |

|    |
|----|
| 脂肪 |
|    |
|    |

**B 肥胖会造成什么疾病？在正确的答案点击即可。**

|     |      |      |
|-----|------|------|
| 心脏病 | 骨痛热症 | 糖尿病  |
| 高血压 | 艾滋病  | 血管阻塞 |

**C 点击高糖、高盐和高脂肪的食物。**



D, 将对的答案写 A , 将错的答案写 B 。

|    |                          |  |
|----|--------------------------|--|
| 1  | 我长得瘦小，所以只需吃含有脂肪的食物。      |  |
| 2  | 我们要选择均衡的饮食，以便能健康成长。      |  |
| 3  | 多样化的饮食可以帮助我们摄取均衡的营养。     |  |
| 4  | 我们要多吃宵夜才不会影响睡眠。          |  |
| 5  | 吃茶点时，我不吃零食而是以谷类和奶类食品为首选。 |  |
| 6  | 我喜欢吃高油脂和高盐的食物。           |  |
| 7  | 多喝果汁，对身体有益。              |  |
| 8  | 多吃糖果对身体无害。               |  |
| 9  | 我们必须少吃煎炸的食物。             |  |
| 10 | 高糖、高盐和高油脂的食物对身体有害。       |  |