الصف /الخامس( )

الاسم/.....

العناصر الغذائية

اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- تعتبر الحبوب من فئة:

  الدهون | بروتين | فيتامينات

- أحد هذه العناصر يعتبر دهون حيوانية:

  بيض | التفاح | المعكرونة

- أحد مصادر اليود:

  الحليب | اللحوم | السمك

- الفيتامين الضروري للإبصار:

  فيتامين أ | فيتامين ب | فيتامين جـ

أصدر حكماً بكل واحدة من الوجبات التالية:

- أرز، لحم، سلطة، تفاح. — متكاملة | غير متكاملة
- شكولاتة، مشروب غازي. — متكاملة | غير متكاملة
- أرز، معكرونة، خبز، فواكه. — متكاملة | غير متكاملة
- حليب، بيض، خبز. — متكاملة | غير متكاملة
- ذرة، بسكويت، شاي. — متكاملة | غير متكاملة

زكاة العلم نشرة
لاتنسوني من دعواتكم

FREE PRINTABLE INVITATION - DREVIO.COM
LIVEWORKSHEETS