DENGELİ VE DÜZENLİ BESLENME

Aşağıdaki cümlelerde boşlukları verilen sözcüklerle tamamlayalım.

kuru yemiş	bitki	az	tercih
pilav	sebzeler	peynir	dengeli
baklagiller	beslenmek	zihinsel	

- Bizi hastalıklardan koruyan besinler meyve ve ..... dir.
- Ekmek, makarna ve ..... gibi besinler enerji veren besinlerdir.
- Sağlıklı büyümek için besinleri gereğinden ..... tüketmemeliyiz.
- Hazır gıdalarda katkı maddesi olduğu için onları daha az ..... etmeliyiz.
- ..... beslenmek için vücudumuzun ihtiyacı olan besinleri yeteri kadar tüketmeliyiz..
- Ara öğünlerde yoğurt, meyve ve ..... gibi besinler tüketmeliyiz.
- Tükettiğimiz besinleri ..... ve hayvanlardan elde ederiz.
- Kemiklerimizin gelişimi için süt, yoğurt ve ..... gibi besinleri tüketmeliyiz.
- Canlılar yaşamlarını sürdürebilmek için ..... zorundadırlar.
- ..... ve et ürünleri hem gelişmemizi hem de hastalıklardan korunmamızı sağlar.
- Kuru yemişler hem bize enerji verir hem de ..... gelişimimize katkıda bulunur.

LIVEWORKSHEETS