

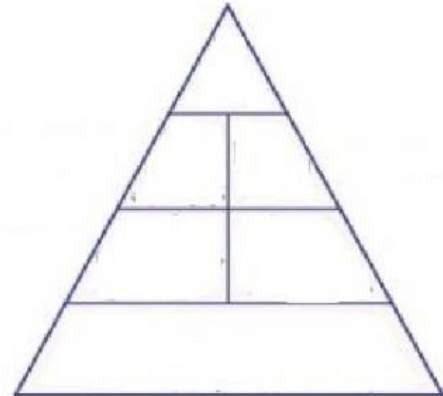
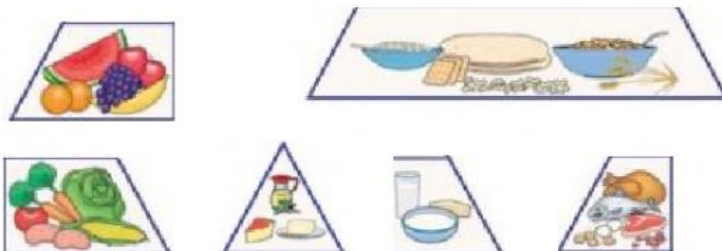
اسم الطالب/ة :



الدهون	العصيرت والفواكه
	الزيوت والزبدة
	البطاطس والرز
البروتينات	البقول واللحوم والحليب
	الفواكه والخضروات
	الزيوت والزبدة
الكربوهيدرات	الفواكه والخضروات
	مياه الشرب
	الأرز والتمر والبطاطس
الماء	الزيوت والزبدة
	العصيرت والفواكه
	البيض والحليب
الأملاح المعدنية	الخضروات والحبوب
	اللحوم والدهون
	الأرز والخبز
الفيتامينات	الزيوت والزبدة
	التمر والخبز
	الفواكه والخضروات

الماء	الأملاح المعدنية	الفيتامينات	الدهون	البروتينات	الكربوهيدرات	يسبب الإكثار منها الإصابة بالسمنة وأمراض القلب
الماء	الأملاح المعدنية	الفيتامينات	الدهون	البروتينات	الكربوهيدرات	تساعد الجسم على النمو وتعويض الخلايا التالفة
الماء	الأملاح المعدنية	الفيتامينات	الدهون	البروتينات	الكربوهيدرات	المصدر الرئيسي للطاقة في الجسم
الماء	الأملاح المعدنية	الفيتامينات	الدهون	البروتينات	الكربوهيدرات	يساعد في الهضم والإخراج وثبات درجة الحرارة
الماء	الأملاح المعدنية	الفيتامينات	الدهون	البروتينات	الكربوهيدرات	تساعد على تكوين العظام وخلايا الدم الجديدة
الماء	الأملاح المعدنية	الفيتامينات	الدهون	البروتينات	الكربوهيدرات	المحافظة على صحة الجسم والوقاية من الأمراض

رتب قطاعات الهرم الغذائي بالشكل الصحيح



معلمة المادة: / عائشة القحطاني
لا تسوني من صالح الدعاء
لا أحتل نسخ العمل ونسبه لغيري