

أسئلة لدرس الهرم الغذائي

السؤال الأول:

١- كم عدد المجموعات الغذائية في الهرم الغذائي؟

أ. ٤

ب. ٦

د. ٣

ج. ٥

٢- ماهي أكبر مجموعه في الهرم الغذائي؟

أ. مجموعة الفواكه والخضروات

ب. مجموعة الألبان

ج. مجموعة اللحوم

د. مجموعة الحبوب

٣- ماهو تعريف الهرم الغذائي؟

أ. هو شكل هندسي له ثلاثة أضلاع

ب. هرم يقع في مصر

ج. أنواع الغذاء المختلفه التي يتناولها الإنسان

د. جميع ماذكر

٤- أصغر مجموعة في الهرم الغذائي؟

أ. الدهون والسكريات

ب. مجموعة اللحوم

ج. مجموعة الألبان

د. مجموعة الحبوب

٥- تمثل قاعدة الهرم وتزود الجسم بالطاقة اللازمة هي

أ. مجموعة الخضروات والفواكه

ب. مجموعة الحبوب والخبز

ج. مجموعة الدهون والسكريات

د. مجموعة اللحوم

السؤال الثاني:

أكمل الجمل التاليه بالكلمات المناسبة:

٦ مجموعات – الهرم الغذائي – مجموعة الخبز والحبوب

هي أنواع الأغذية التي يحتاجها الجسم _____
عدد المجموعات الغذائية هي _____
مجموعة تمثل قاعدة الهرم _____

إعداد: أ/ إيمان المطوع