

Харчування підлітків

Обери продукти, які корисні для нашого здоров'я



Познач, які з наведених тверджень є правильними:

- Пити щодня не менше 1,5–2 літрів води
- Свіжі овочі та фрукти треба мити перед споживанням
- Продукти можна зберігати без холодильника, якщо вони заповані
- Краще не звертати увагу на термін придатності, якщо виглядає нормально



Встав пропущені слова в речення:

1) Вода важлива для _____ організму.

2) Недотримання умов зберігання продуктів може призвести до _____

3) Основні правила безпечного харчування – це: миття _____, перевірка _____, термічна _____ продуктів.



Автор: Карандаш С.М.