



Nesta atividade, aprenda os alimentos que formam uma alimentação balanceada. Ouça e aprenda o nome em inglês de cada uma delas!

# Healthy food

## and Balanced Diet



Uma alimentação saudável tem um pouco de cada nutrientes abaixo.



### Carbohydrate



Potato



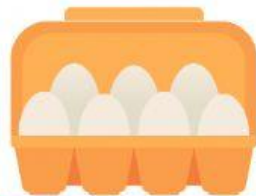
Rice



### Protein



Eggs



Meat



### Fat



Olive oil



Butter



### Minerals



Fruit



Vegetables



### Vitamins



### Fibers



### Water



### Dairy products

Milk



Cheese