

கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் சத்துகளையும் அவற்றுக்குரிய உணவுகளையும் சரியாக இணைத்திடுக.

1 மாவுச்சத்து

வெண்ணெய், பால்,
பாலாடைக் கட்டி.

2 புரதச்சத்து

பச்சைக் கீரைகள்,
பாதாம் பருப்பு, மீன்,
கருவாடு

3 கொழுப்புச்சத்து

ரொட்டி, மீ, சோறு,
இட்லி

4 நார்ச்சத்து

A,B,C,D,E,K

5 உயிர்ச்சத்து

பால், நெத்திலி,
மீன், கோழித் துண்டு

6 தாதுச்சத்து

காய்கறிகள், பழங்கள்