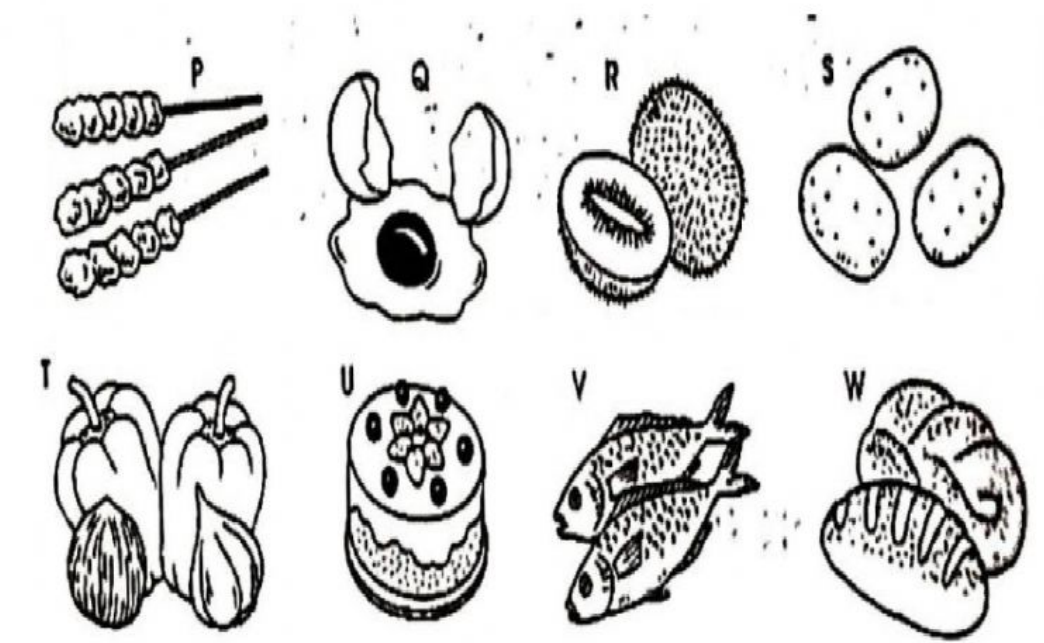


A 将食物所含的营养素分类。将代表食物的字母写在圆圈里。



脂肪

维生素

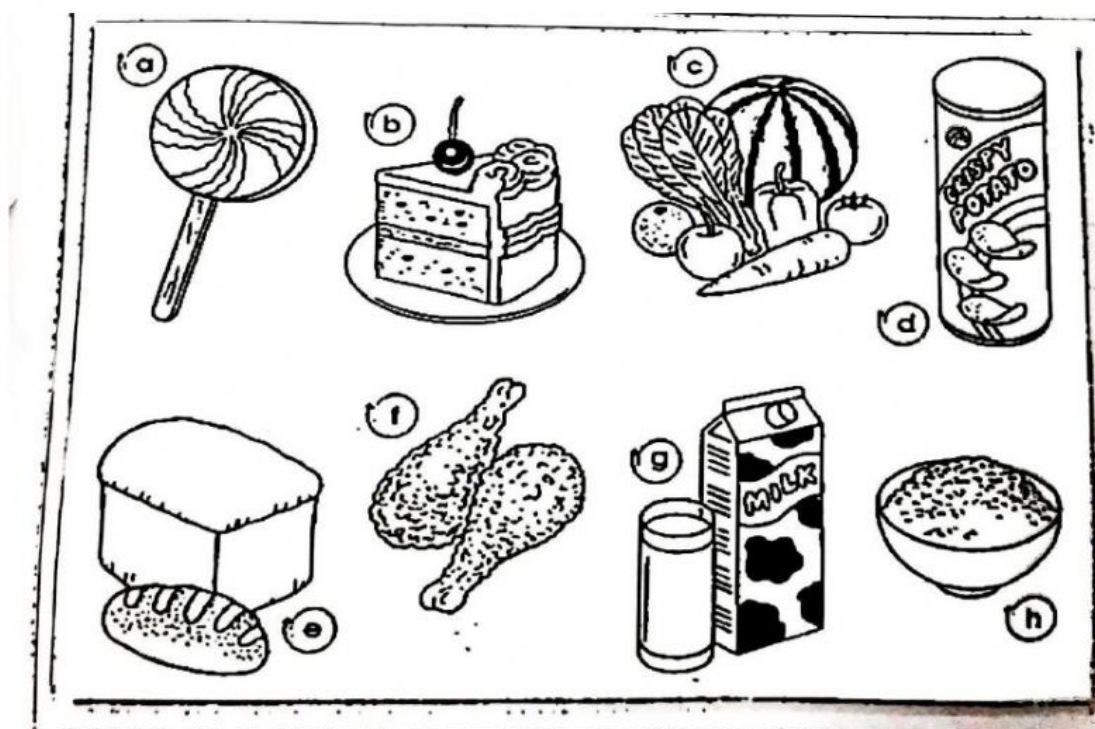
蛋白质

脂肪

B 肥胖会造成什么疾病？在正确的答案点击即可。

心脏病	骨痛热症	糖尿病
高血压	艾滋病	血管阻塞

C 点击高糖、高盐和高脂肪的食物。



D, 将对的答案写 A , 将错的答案写 B 。

1	我长得瘦小，所以只需吃含有脂肪的食物。	
2	我们要选择均衡的饮食，以便能健康成长。	
3	多样化的饮食可以帮助我们摄取均衡的营养。	
4	我们要多吃宵夜才不会影响睡眠。	
5	吃茶点时，我不吃零食而是以谷类和奶类食品为首选。	
6	我喜欢吃高油脂和高盐的食物。	
7	多喝果汁，对身体有益。	
8	多吃糖果对身体无害。	
9	我们必须少吃煎炸的食物。	
10	高糖、高盐和高油脂的食物对身体有害。	