

DENGELİ BESLENİYORUZ

Aşağıdaki ifadeler doğru ise karşısına " D " yanlışı ise " Y " yazalım.

Her çeşit besinden yeteri kadar yiyerek dengeli beslenirim.	
Günde bir öğün yemek yerim.	
Sabah kahvaltısında süt içerim, yumurta, bal ve peynir yerim.	
Dengeli beslenmek için her zaman öğünlerimde patates kızartması ve hamburger yerim.	
Gün içinde sebze ve meyve tüketmeye dikkat eder, bol bol su içerim.	
Öğle ve akşam öğünlerinde sebze, et, salata veya yoğurt tüketirim.	
Her yemekten önce çikolata ve cips yerim.	
Akşam yemeğinde sadece çorba içer, ekmek yerim.	