METTITI ALLA PROVA

Leggi il testo e inserisci le seguenti parole.

CONSERVARE - ETICHETTE - PRANZO - MERENDA - CENA - MAIS - BIANCA - NUTRITIVI - EQUILIBRATA - COLAZIONE - COMPLETO - UVA - CANTINA

Il pesce, la carne, le uova, il pane, il latte sono importanti per la nostra salute.
L'uomo ha bisogno dei sei principi ..... fondamentali. Ogni persona deve avere un'alimentazione ..... composta da carboidrati, lipidi e proteine.
L'uomo mangia quattro volte al giorno: 1. .....; 2. .....; 3. .....; 4. .....
I cereali sono importanti per l'uomo. I cereali più conosciuti sono: il grano, il ....., l'orzo e la segale.
La carne è un alimento ricco di proteine, sali minerali (come il ferro) e vitamine. Essa può essere carne rossa, carne ..... e carne nera.
Il latte è un alimento ..... perché in esso ci sono le vitamine, le proteine, l'acqua, gli zuccheri e i sali minerali.
In Italia ci sono tanti vigneti, cioè campi in cui l'uomo coltiva l'..... L'uomo lavora l'uva in ..... per ottenere il vino.
L'uomo usa molte tecniche per ..... gli alimenti. È importante leggere sempre le ..... delle confezioni degli alimenti.

LIVEWORKSHEETS