



### بطاقة خروج

حلي الأسئلة التالية من الكتاب صفحة 212 – 241 - 242:

1 تُسمّى المواد الغذائية المكوّنة من سلاسل طويلة من الأحماض الأمينية .

2 إنّ المصدر الرئيس للطاقة في نظامك الغذائي هو .

3 اذكر مثالاً على أوقات قد تحتاج فيها إلى شرب الماء أكثر من المعتاد.

4 أحد أنواع المواد المغذية هو . ويتكوّن من سلاسل طويلة من السكريات.

5 ممّ تتكوّن البروتينات؟

A. الأحماض الأمينية

B. المعادن

C. السكريات

D. الفيتامينات

