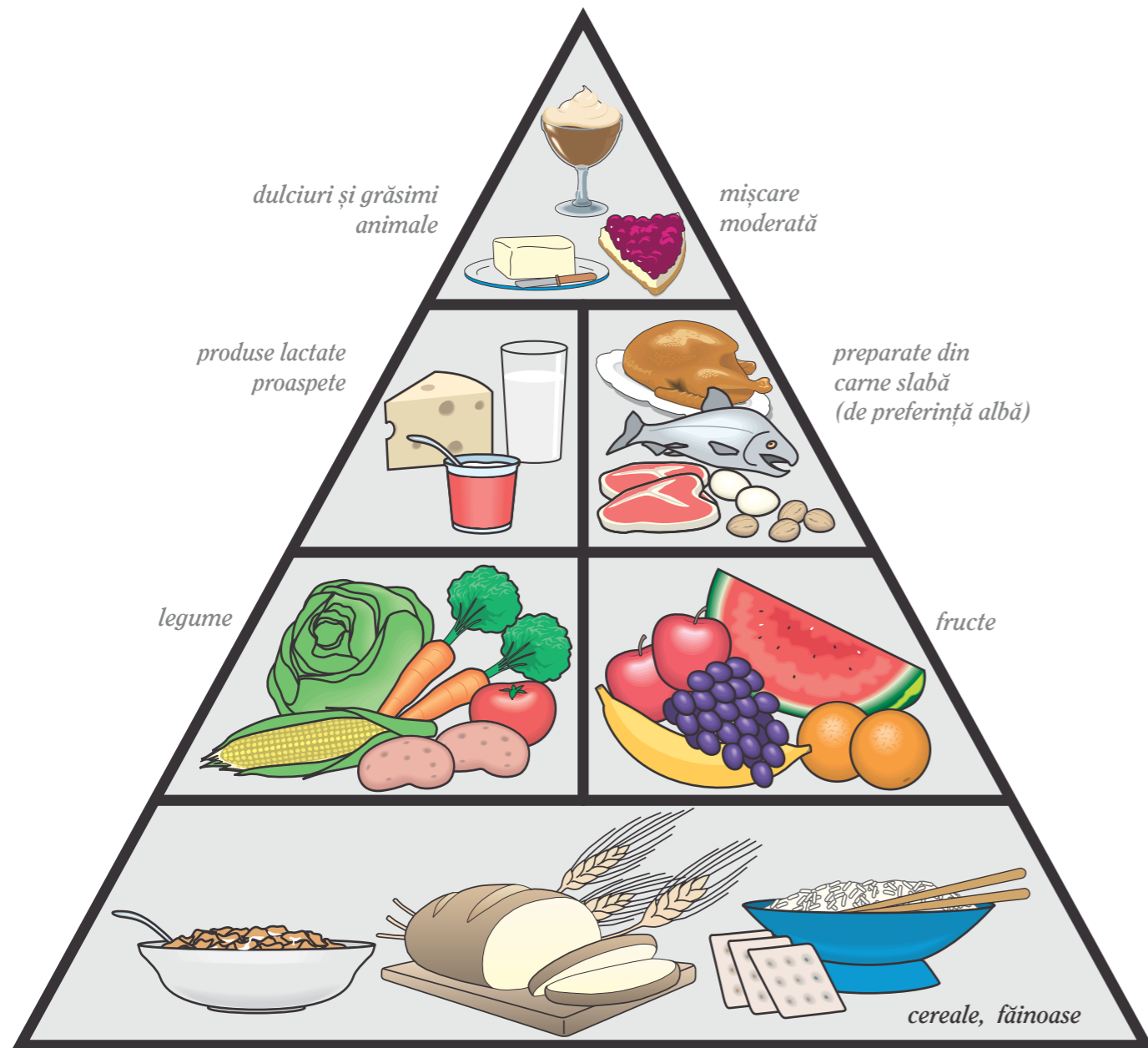


Lección 4: Piramida alimentelor

Analizați desenul de mai jos:



Este bine să avem o alimentație variată.

Piramida alimentelor ne arată principalele grupe de alimente și proporția în care se recomandă a fi consumate zilnic.

Din fiecare grupă trebuie ales măcar un aliment.

VREAU SĂ CREȘC SĂNĂTOS

Ce mâncăm la micul dejun

Joc

Împărțiți-vă în 5 echipe. Fiecare echipă își alege un personaj. Recomandați prietenilor voștri un mic dejun cât mai sănătos.



Cel mai sănătos mic dejun

Tu ce ai mânca dimineața?

