



ארגון מידע



בשר ודגים :



אכלתי

סוגים שונים

של מזון



פירות וירקות :

במשך יום אחד אכלתם כמה ארוחות.
כתבו את סוגי המזון שאכלתם.



מאכלי חלב :

מוצרי קמח :



אמא חיה



השלימו את המשפט :

אכלתי היום סוגים שונים של מזון.

לדוגמה :



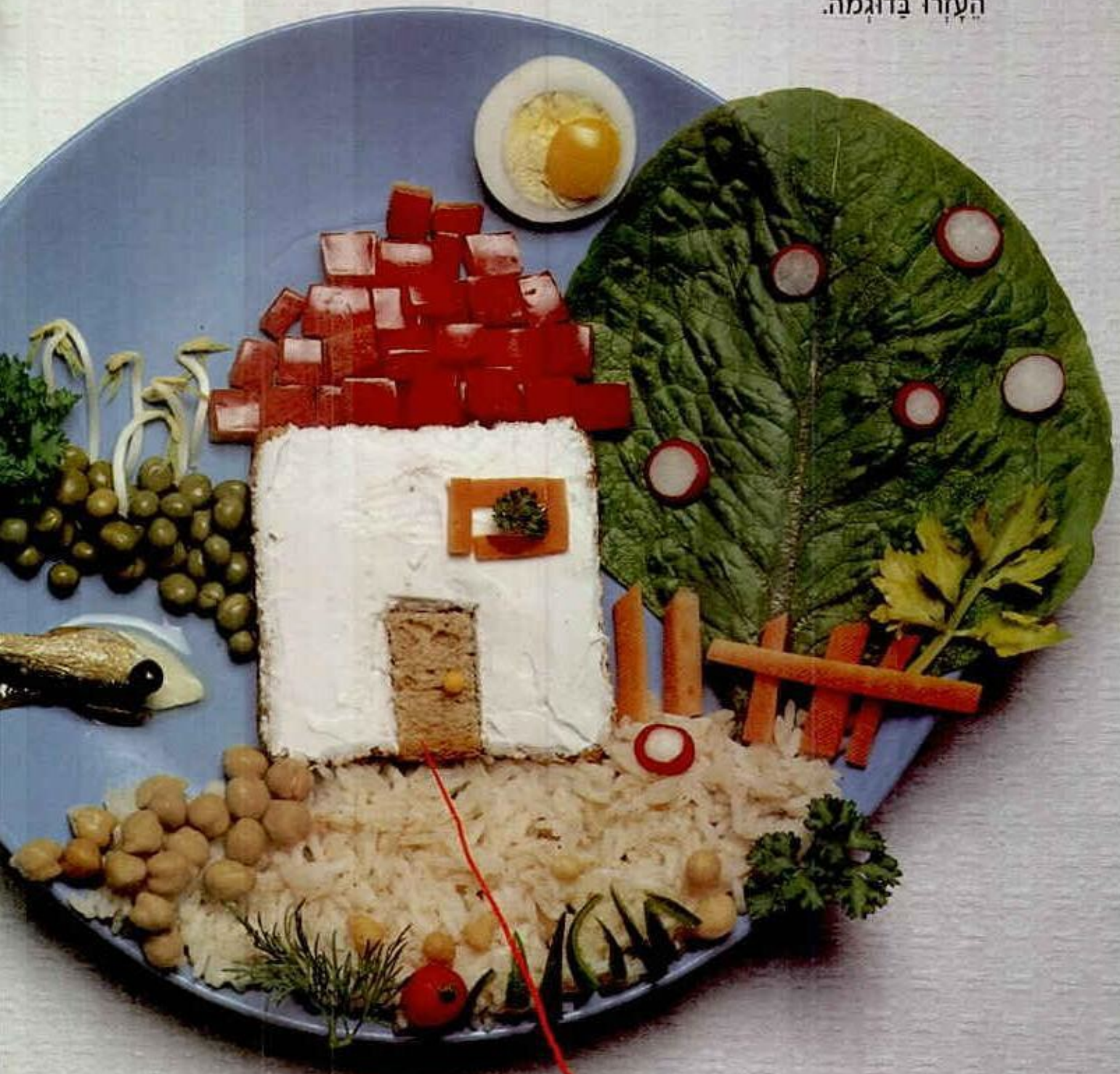
משקאות :

סוגי מזון אחרים :



בית קטן, בריכה וגן,
מצאו את המזונות המסתתרים כאן.

מתחו קוים מהמזונות שבתמונה
אל סוגי המזון המתאימים.
העזרו בדוגמה.



בשר ודגים

לחם ומוצרי־קמח

פירות וירקות



סיכום מידע

הגוף זקוק לחומרים הנמצאים
בסוגים שונים של מזון
כדי לגדול, לפעול ולהרגיש טוב.
לכן, חשוב לאכול ולשתות
מזון מכל הסוגים, ולא להסתפק
בסוג אחד בלבד.
כך אנחנו עוזרים לעצמנו
להשאר בריאים.

אני כל כך אוהב
סוגים שונים
של מזון.
אני עוזר לעצמי
להשאר בריא.



מים

מוצרי חלב