

ΤΡΩΩ ΣΩΣΤΑ:

Κύκλωσε τις τροφές που είναι υγιεινές.

Μήλο



Μπρόκολο



Πατάτες τηγανητές



Σοκολάτα



Ψάρι



Αναψυκτικό

☞ Ποιες από αυτές πρέπει να τρώμε κάθε μέρα;

ΤΟ ΥΓΙΕΙΝΟ ΠΙΑΤΟ ΜΟΥ

Ζωγράφισε:

- 1 φρούτο 🍏
- 1 λαχανικό 🥦
- 1 τροφή με πρωτεΐνη 🍗
- 1 δημητριακό 🍞

☞ Είναι το πιάτο σου υγιεινό; ☐ ΝΑΙ ☐ ΟΧΙ