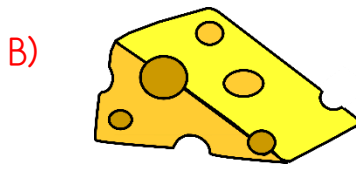


Öğünlere Uygun Beslenme

1. Aşağıdakilerden hangisini kahvaltıda tüketiriz?



2. Düzenli beslenmede kaç öğün beslenmemiz gerekiyor?

A) 3

B) 2

C) 1

3. Aşağıdakilerden hangisi ara öğün değildir?

A) Öğle yemeği

B) Beslenme saati

C) Akşam çayı

Her tür besinden yeterli miktarda tüketmeye denir.

4. Yukarıdaki cümlede noktalı yere aşağıdakilerden hangisi gelmelidir?

A) yemek yeme

B) yemek seçme

C) düzenli beslenme

5. Aşağıdakilerden hangisini öğle yemeğinde tüketiriz?

