

ورقة عمل للأسبوع الرابع - الصف : ثانوي / مسارات

أذكر أنواع الدهون ؟

.....

.....

.....

.....

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (x) أمام العبارة الخاطئة

الكربوهيدرات هي مجموعة تضم الأطعمة النشوية مثل
(الخبز - البطاطا - الحبوب - الشعير - الشوفان)

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة

يجب الإكثار من تناول السكريات والدهون لأنها تحتوي على الكثير من الفوائد للجسم؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة

يعد الحليب ومشتقاته من الأغذية المهمة للحفاظ على صحة العظام والأسنان ؟

☐

إجابة خاطئة

☐

إجابة صحيحة