Kartkówka z edukacji zdrowotnej · Grupa A

Odżywianie · klasy 4–6

Imię i nazwisko: ..... Klasa: ..... Data: ..... Punkty: ..... / 10

Zadania 1–4. Zaznacz jedną poprawną odpowiedź (po 1 pkt).

1. W talerzu zdrowego żywienia powinno być dużo:

A) warzyw i owoców
B) słodkich napojów
C) słodyczy

2. Najlepszy napój do codziennego picia to:

A) słodzony sok z kartonu
B) napój energetyczny
C) woda

3. Informacja o wartości odżywczej na etykiecie dotyczy zwykle:

A) 100 g lub 100 ml produktu
B) ceny
C) całej paczki w sklepie

4. Alergeny na etykiecie są:

A) reklamą produktu
B) wyróżnione, aby osoba z alergią mogła ich uniknąć
C) zawsze takie same

Zadanie 5. Oceń zdania. Zaznacz P (prawda) lub F (fałsz) (po 1 pkt).

1. Warto jeść posiłki regularnie.	P	F
2. Śniadanie można zastąpić słodyczami.	P	F
3. Datę przydatności do spożycia znajdziemy na opakowaniu.	P	F
4. Zepsutą żywność można dojeść, żeby jej nie marnować.	P	F

Zadanie 6. Podaj dwa zdrowe pomysły na przekąskę. (2 pkt)

niekazmuliczyc.pl darmowa grupa A