

## TÁPLÁLKOZÁSI PIRAMIS

Töltsétek ki a keresztrejtvényt a megfelelő angol szavakkal. A kulcsszó a kék függőleges mezőben lesz.

The diagram shows a food pyramid with the following layers from top to bottom:

- Layer 1 (White):** Termékek, melyeket ajánlatos kerülni
- Layer 2 (Orange):** Hús és olajok
- Layer 3 (Green):** Tejtermékek
- Layer 4 (Light Green):** Zöldség és gyümölcs
- Layer 5 (Light Green):** Gabonapelyhek
- Layer 6 (Yellow):** Testmozgás

The crossword puzzle grid is overlaid on the pyramid. A vertical blue bar is located in the center of the grid, representing the key word. The grid has 16 numbered starting points for words:

- 1: Top-left corner.
- 2: Second row, first column.
- 3: Third row, second column.
- 4: Fourth row, first column.
- 5: Fifth row, first column.
- 6: Sixth row, first column.
- 7: Seventh row, second column.
- 8: Eighth row, first column.
- 9: Ninth row, first column.
- 10: Tenth row, second column.
- 11: Eleventh row, first column.
- 12: Twelfth row, first column.
- 13: Thirteenth row, first column.
- 14: Fourteenth row, first column.
- 15: Fifteenth row, first column.
- 16: Sixteenth row, first column.

1. Gyermekek számára tiltott ital.
2. Főként gyerekek fogyasztják étkezések között.
3. Hús amely sok zsírt tartalmaz. Gyakran használják tojásrántottában.
4. Főként olajrepcéből készült. Lehet állati eredetű is.
5. A fő étkezések egyik alapanyaga, például sertés, szárnyas.
6. A szárnyasoktól eltekintve szintén egészséges fehérjeforrás.
7. Tejtermék, mely élő baktériumkultúrát tartalmaz.
8. Magas tápértéke van a kalciumtartalma miatt.
9. Felvágása alatt könnyezünk.
10. Saláták fő összetevője zöldségek helyett, pl: kiwi, körte...
11. Táplálék az emberek és egyes állatok számára is, pl: paradicsom, uborka, fejes saláta.
12. Termék magas keményítőtartalommal. A szénhidrát fő forrása.
13. Növény, melynek ehető része a körte alakú termése.
14. Azért tesszük, hogy karcsúsodjunk.
15. Sportolás közben formálódnak; a test megfelelő körvonaláért felelnek.
16. Lovagolunk, vagy ülünk rajta pihenésképpen.

**Megoldás:**

|    |         |    |            |    |            |    |       |
|----|---------|----|------------|----|------------|----|-------|
| 1  | Alcohol | 2  | Sweets     | 3  | Bacon      | 4  | Oils  |
| 5  | Meat    | 6  | Fish       | 7  | Yoghurts   | 8  | Milk  |
| 9  | Onion   | 10 | Fruits     | 11 | Vegetables | 12 | Pasta |
| 13 | Potato  | 14 | Gymnastics | 15 | Muscles    | 16 | Bike  |

A kulcsszó: HEALTHY LIFESTYLE