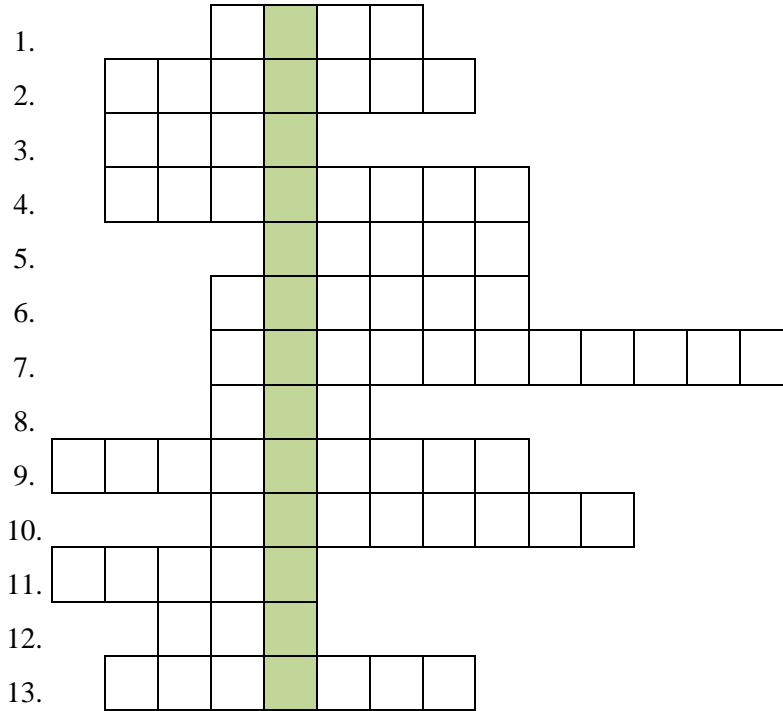


BEN NE YEMELİYİM?**Bulmacayı çözüň ve sonra cevabın anlamını açıklayınız.**

1. Yiyeceklerde temel kalsiyum kaynağı
2. Yiyecek hazırlamak
3. Yiyeceklerde var olan mineral içerik. Eksikliği kansızlığa neden olur.
4. Diyet uzmanları tarafından kullanılan enerji birimleri
5. Yaşam için temel bileşenler,
6. Çocuklar ve yetişkinler tarafından sevilir.
7. Aşırı damar tıkanıklığının sebebidir.
8. Enerji veren yiyecek bileşeni.
9. İyi bir vitamin, mineral ve lif kaynağı.
10. Vücudun düzgün çalışması için gerekli bileşenler. Yağ ve suda çözünebilir olarak ikiye ayrılmıştır.
11. İnsan vücudu tarafından sindirilmeyen bir karbonhidrat grubuna aittir. Kabızlığı önler.
12. Yiyecekler tarafından sağlanması gereken yağlı asitler. Bunlar bitkisel yağlar ve deniz balığı yağlarında bulunur.
13. Bir vücudun temel yapı malezemesi.



Cevap:.....

Cevap Anahtarı

1.

		M	I	L	K		
--	--	---	---	---	---	--	--
2.

C	O	O	K	I	N	G	
---	---	---	---	---	---	---	--
3.

I	R	O	N				
---	---	---	---	--	--	--	--
4.

C	A	L	O	R	I	E	S
---	---	---	---	---	---	---	---
5.

		W	A	T	E	R	
--	--	---	---	---	---	---	--
6.

		S	W	E	E	T	S
--	--	---	---	---	---	---	---
7.

		C	H	O	L	E	S	T	E	R	O	L
--	--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---
8.

		F	A	T			
--	--	---	---	---	--	--	--
9.

V	E	G	E	T	A	B	L	E
---	---	---	---	---	---	---	---	---
10.

		V	I	T	A	M	I	N	S
--	--	---	---	---	---	---	---	---	---
11.

F	I	B	R	E			
---	---	---	---	---	--	--	--
12.

		E	F	A			
--	--	---	---	---	--	--	--
13.

P	R	O	T	E	I	N
---	---	---	---	---	---	---