Όνομα: Ημερομηνία: 19-05-2021



**1. Γράφω κάτω από κάθε φαγητό τι ΓΕΥΣΗ έχει:**

   

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**2. Για να μασήσουμε το φαγητό μας χρησιμοποιούμε τα ΔΟΝΤΙΑ μας. Πώς λέγεται κάθε ομάδα δοντιών;**



**3. Πώς λέγεται το παρακάτω σχήμα; Τι κατηγορίες τροφών βλέπουμε σε κάθε σειρά;**



Πόσες φορές την εβδομάδα πρέπει να τρώμε όσπρια και δημητριακά;

Πόσες φορές την εβδομάδα πρέπει να τρώμε φρούτα και λαχανικά;

Πόσες φορές την εβδομάδα πρέπει να τρώμε γλυκά και λίπη;

**4. Συμπληρώνω τα άρθρα:**

\_\_\_ λίπος \_\_\_ ψάρι \_\_\_ ασβέστιο

\_\_\_ φρούτο \_\_\_ γλυκό \_\_\_ πρωτεΐνη

\_\_\_ γαλακτοκομικά \_\_\_ ζάχαρη \_\_\_ λάδι

\_\_\_ κρέας \_\_\_ βιταμίνες \_\_\_ υδατάνθρακας

**5. Παρακάτω βλέπουμε μία ΚΛΙΜΑΚΑ pH. Αυτή μας δείχνει με χρώματα και αριθμούς πόσο όξινο ή βασικό (αλκαλικό) είναι κάτι. Συμπληρώνω τα κενά:**



Το όξινο pH κυμαίνεται από το \_\_\_\_\_\_ ως το 6. Ένα όξινο προϊόν είναι το \_\_\_\_\_\_ .

Το βασικό (αλκαλικό) pH κυμαίνεται από \_\_\_\_ ως \_\_\_\_\_ . Βασικό προϊόν είναι το

\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**6. Παρακάτω βλέπουμε μία ΤΡΟΦΙΚΗ ΑΛΥΣΙΔΑ. Γράφω ένα μικρό κείμενο για την εικόνα:**



\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**7. Σκέφτομαι μία απλή ΣΥΝΤΑΓΗ. Συμπληρώνω τον πίνακα και γράφω τα βήματα:**

|  |  |
| --- | --- |
| ΥΛΙΚΑ |  |
| ΕΡΓΑΛΕΙΑ – ΣΚΕΥΗ |  |
| ΧΡΟΝΟΣ |  |