

Датум: \_\_\_\_\_

Име и презиме: \_\_\_\_\_

## Наставен лист – хранливи состојки

Поврзи ги точките со линијар за да добиеш точни искази.

Витамини	◆	◆	има во месото, рибата, гравот	◆	◆	и ни помагаат здраво да растеме.
Протеини	◆	◆	има во млекото и млечните производи	◆	◆	и ни помагаат да бидеме здрави.
Јаглехидрати	◆	◆	има во овошјето и зеленчукот	◆	◆	и ни помага да имаме силни коски.
Калциум	◆	◆	има во десертите и мрсните работи	◆	◆	и ни даваат енергија.
Шеќери и масти	◆	◆	има во лебот, оризот, компирите	◆	◆	и треба да ги избегнуваме.