

KARTY OBSZARU: ODŻYWIENIE  
SZKOŁA PONADPODSTAWOWA

**białko**



**tłuszcz**



**cukier**



**woda**



**glukoza**



**fast-food**



**zióło**



**węglowodany**



**błonnik**



KARTY OBSZARU: ODŻYWIENIE  
SZKOŁA PONADPODSTAWOWA

witaminy



wapń



śniadanie



obiad



mleko



burak



musli



laktoza



twarożek



KARTY OBSZARU: ODŻYWIENIE  
SZKOŁA PONADPODSTAWOWA

**truskawki**



**kawa**



**cola**



**zupa**



**fasola**



**jabłko**



**jogurt**



**makaron**



**ryba**



KARTY OBSZARU: ODŻYWIENIE  
SZKOŁA PONADPODSTAWOWA

**orzechy**



**czekolada**



**czekolada**



**brokuł**



**owsianka**



**jajecznicza**



**napój**



**chleb**



**kasza**



KARTY OBSZARU: ODŻYWIANIE  
SZKOŁA PONADPODSTAWOWA

		
		
		

