

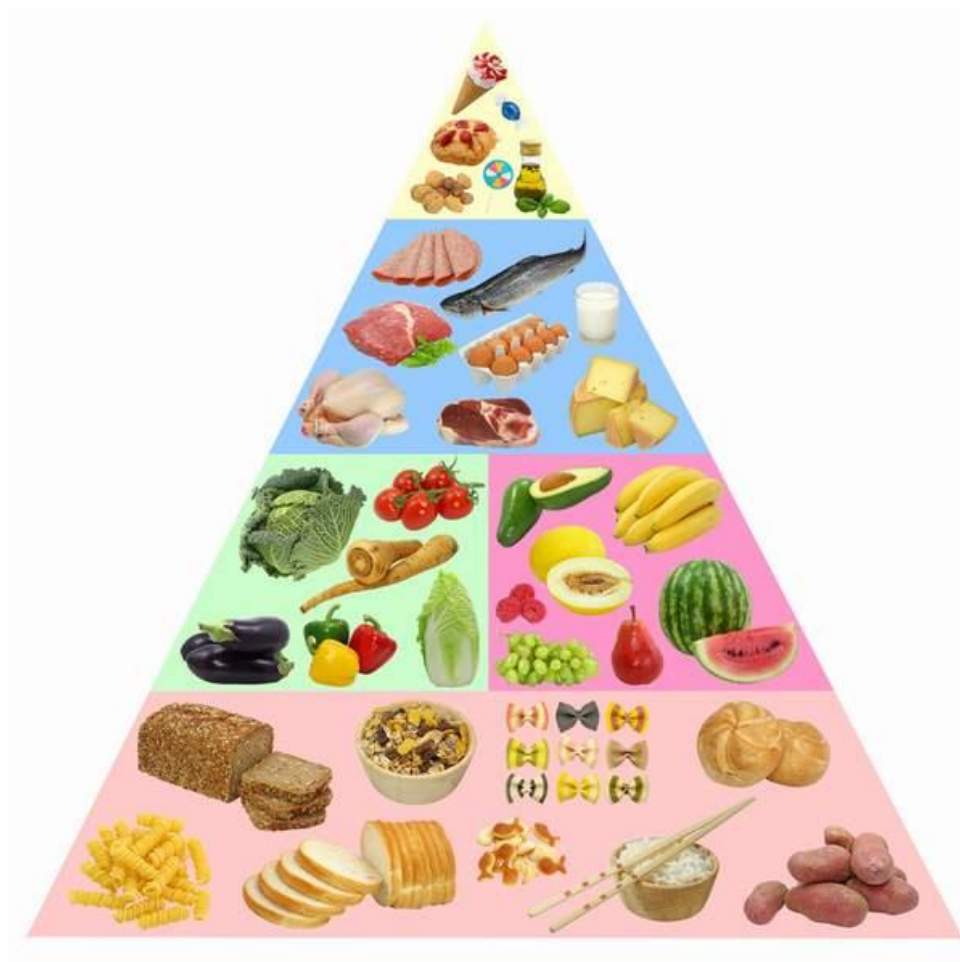
6. + 7. ročník

VZŽ

Zdravá výživa

Úkoly:

- na obrázku vidíš **pyramidu zdravé stravy**
- platí, že čím výš se pohybujeme po pyramidě, tím méně příslušných potravin bychom měli denně sníst
- překresli si pyramidu do sešitu a do každé vrstvy slovem vypiš tři potraviny, které do ní patří
- **vytvoř si denní jídelníček**: jeden den si zapisuj všechny potraviny, které během dne sníš, poté zkus podtrhnout **zeleně** potraviny, které řadíme mezi **zdravé** a **červeně** ty potraviny, které se řadí k těm **méně zdravým** (nacházejí se na vrcholu pyramidy)



Úkol mi pošli vyfocený ke kontrole 😊