

## Karta pracy nr 1

Zapraszam do zabawy w zgadywanki. Twoim zadaniem będzie odgadnąć jaki to produkt i do jakiej grupy należy oraz wpisać w okienko cyfrę określającą ilość produktów z tej grupy np. ogórek należy do warzyw itd...

warzywa	owoce	mięso	nabiał	produkty zbożowe	płyny	tluszcze



## Karta pracy nr 2

Oto przykładowy program żywieniowy na cały dzień. Ale co to? Czy na pewno tutaj wszystko się zgadza? Niestety nie, propozycja zawiera błędy. Czy jesteś w stanie wskazać jakie? Oczywiście, w posiłkach brakuje warzyw i owoców. Wskaż paluszkami jakie produkty z ramki powinny znaleźć się na talerzach. A następnie je wytnij, przyklej (*pamiętając o zasadach bezpiecznego posługiwania się nożyczkami*) lub połącz z odpowiednim talerzem.



ŚNIADANIE



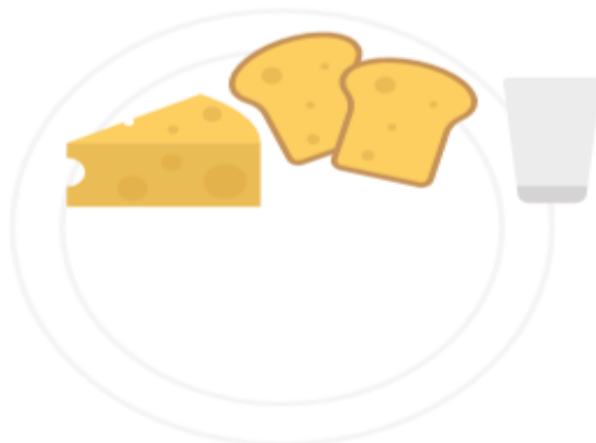
OBIAD



DRUGIE  
ŚNIADANIE



PODWIECZOREK



KOLACJA

### Karta pracy nr 3

Dopasuj produkty do grup, pokoloruj, wycinaj i przyklej. Zwróć uwagę na to, że niektórych jest więcej, a niektórych mniej. *Bezpiecznie posługuj się nożyczkami.*

PRODUKTY  
ZBOŻOWE

OWOCE  
I WARZYWA

MIĘSO  
I RYBY

PRODUKTY  
MLECZNE



TŁUSZCZE

