



HAYAT BİLGİSİ ÖĞÜN LİSTEM



Aşağıda verilen besinleri kullanarak örnek öğün listeleri oluşturunuz.



zeytin



ekmek



Portakal suyu



çorba



makarna



salata



bal



yumurta



Kırmızı et



süt



peynir



kola



pasta



hamburger



meyve



tavuk



şeker



ayran



pilav



balık

SABAH KAHVALTISI

ÖĞLE YEMEĞİ

AKŞAM YEMEĞİ