

Adı : .....  
Soyadı : .....  
Sınıfı : .....

## Hayat Bilgisi-2

### Öğün Listem



**Bilgi:** Vücudumuzun ihtiyacı olan besinlerden yeteri kadar alırsak dengeli beslenmiş oluruz. Düzenli beslenmek için günde üç öğün yemek yemeliyiz.

Dengeli ve düzenli beslenmek için ihtiyacımız olanları işaretleyelim.



Aşağıdaki ifadelerden doğru olanların başındaki kutucuğa "D", yanlış olanların başındaki kutucuğa "Y" yazalım.

- |                          |   |
|--------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | Canlılar yaşamını sürdürebilmek için beslenirler.         |
| <input type="checkbox"/> | Sağlığımız için besinleri bol bol tüketmeliyiz.           |
| <input type="checkbox"/> | Besinleri gereğinden az tüketerek sağlıklı büyürüz.       |
| <input type="checkbox"/> | Vücudumuzun ihtiyacı olan besinleri dengeli tüketmeliyiz. |
| <input type="checkbox"/> | Düzenli beslenmek için günde iki öğün yemek yemeliyiz.    |
| <input type="checkbox"/> | Uyumadan önce bol bol besin tüketmeliyiz.                 |
| <input type="checkbox"/> | Akşam yemeğinde peynir, yumurta, reçel tüketmeliyiz.      |
| <input type="checkbox"/> | Dondurulmuş ve ambalajlı gıdalar tercih etmeliyiz.        |