



BESİNLER VE İÇERİKLERİ

☞ Aşağıdaki ifadelerden doğru olanların harflerini şifreye sırasıyla yazarak şifreyi bulalım.

		DOĞRU	YANLIŞ
1	Bütün besin maddelerinde su bulunur.	B	T
2	Besinler hayvansal veya bitkisel olabilirler.	E	A
3	Proteinler sadece hayvansal besinlerde bulunur.	R	K
4	Vitaminler vücudumuzun enerji ihtiyacını sağlar.	İ	E
5	Su vücudumuzda düzenleyici olarak görev yapar.	S	Y
6	Vitaminler sadece sebzelerde bulunur.	Ö	E
7	Mineraller bütün besinlerde bulunur.	İ	A
8	Proteinler vücudumuzda yapıcı ve onarıcı olarak görev yapar.	N	S
9	Et , süt , yumurta gibi besinler vücudumuzun enerji ihtiyacını karşılar.	M	Y
10	Karbonhidratlar vücudumuzun ihtiyacı olan enerjiyi sağlar.	T	K
11	Vitaminler vücudumuzun direncini artırır.	Ü	İ
12	Yağlar vücudumuzda düzenleyici olarak görev yaparlar.	B	D
13	Karbonhidratlar vücudumuzun büyüüp gelişmesini sağlar	P	S
14	Soğuk bölgelerde yaşayan canlıların vücutlarını sıcak tutmaları ve hayatta kalmaları, depoladıkları yağlar sayesinde.	R	Y
15	Zeytin, ayçiçeği, mısır, ceviz, fındık gibi gıdalarda yağ bulunur.	L	N
16	Makarna , ekmek , pirinç gibi besinlerde karbonhidrat vardır.	E	Ü
17	Vitaminler vücudumuzun enerji kaynağıdır.	D	H
18	Karbonhidratların yetersiz olduğu durumlarda yağlardan enerji elde edilir.	R	Z
19	Et , süt ve balık protein açısından zengin besinlerimizdendir.	İ	A

ŞİFRE