

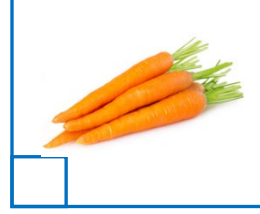
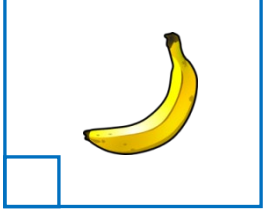


Adı Soyadı :

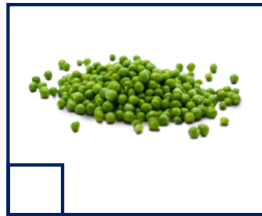
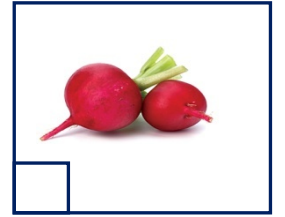
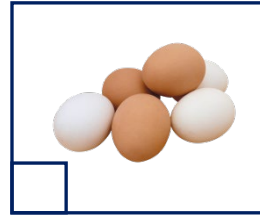
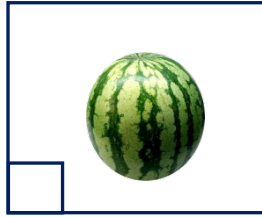
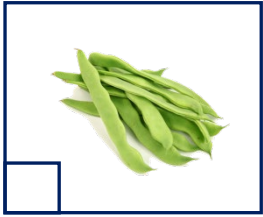
Numarası :

Konu: Sağlıklı Bir Yaşam İçin Besinler Etkinliği

Aşağıdaki besinlerden taze ve doğal olanlarını işaretleyiniz.



Aşağıdaki besinlerden hangilerinin kurutulmuş, turşusu veya konservesi yapılır. İşaretleyiniz.



Aldığımız besinlerin paketleri üzerinde yazan kısaltmaların açılımını yazınız.

TSE:

TR:

ÜT:

ST:

Aşağıdaki ifadelerden doğru olanların başına "D" yanlış olanların başına "Y" yazınız.

- () Tükettiğimiz besinler taze ve doğal olmalıdır.
- () Katı maddeleri içeren besinleri daha çok tüketmeliyiz.
- () Taze besinler vitamin ve mineral bakımından zengindir.
- () Katkı maddesi içeren besinlerin tüketilmesinde sakınca yoktur.
- () Paketlenmiş besinleri alırken üzerinde TSE damgası olup olmadığına dikkat etmeliyiz.
- () Paketlenmiş besinleri alırken son kullanma tarihine bakmamız gerekir.
- () Tek çeşit besin grubuyla beslenmek daha sağlıklıdır.
- () Dondurulmuş besinlerin donu çözüldükten sonra bu besinleri kısa zamanda tüketmeliyiz.
- () Bazı besinler buzdolabına konmadan farklı yöntemlerle uzun süre saklanabilir.
- () Yetiştirilirken ilaçlanmış ürünler doğal besin değildir.

Aşağıdaki cümleleri uygun sözcüklerle tamamlayalım.

son kullanma

TSE

doğal

yırtık

katkı

vitamin

- ❖ Paketlenmiş bir besin aldığımızda tarihine bakmalıyız.
- ❖ İçinde maddesi bulunan besinler doğal değildir.
- ❖ Sebze ve meyveler bakımından zengindir.
- ❖ Paketlenmiş ürünlerde üzerinde damgası olan ürünleri almamız gerekir.
- ❖ Tükettiğimiz besinlerin taze ve olması gerekmektedir.
- ❖ Donu çözülmüş ve paketi olan besinleri almamalıyız.

Aşağıdaki cümleleri uygun sözcüklerle eşleştiriniz.

- ❖ Paketlenmiş ürünlerin üzerindeki hangi tarihe bakmalıyız?
- ❖ Paketlenmiş ürünlerin üzerinde hangi damga olmalıdır?
- ❖ Paketlenmiş ürünlerin üzerinde üreticinin firmanın hangi bilgileri olmalıdır?
- ❖ Ketçap, mayonez ve meyve sularının bozulmadan uzun süre kalması için içlerine hangi maddeden koyulur?

adı ve adresi

son kullanma

katkı maddesi

TSE

1) I. Ürünün taze olması
II. Saklama koşullarının sağlığa uygunluğu olması

III. Ürünlerin katkı maddeli olması

Numaralandırılmış özelliklerden hangileri tükettiğimiz besinlerde bulunması gerekenlerdendir?

- A) Yalnız I
B) I, II, III
C) II, III,
D) I ve II

2) Aşağıda verilen bilgilerden hangisi yanlıştır?

- A) Yiyecek paketlerinin açık olup olmamasına dikkat etmeliyiz.
B) Besin maddelerinin temizliğine dikkat etmeliyiz.
C) Sucuk, salam ve pastırma gibi et ürünlerinin çiğ tüketmeliyiz.
D) Besinleri güvendiğimiz marketlerden almalıyız.

3)

Bazı besinlerde koruyucu katkı maddeleri kullanılır.

Yukarıdaki ifadeye göre besinlerde koruyucu katkı maddesi niçin kullanılır?

- A) Besinlerin daha güzel görünmesini sağlamak
B) Besinlerin besleyici özelliğini arttırmak
C) Besinlerin uzun süre taze kalmasını ve besin kalitesinin düşmesini engellemek
D) İnsan sağlığına katkıda bulunmak

4) Marketten aldığımız ürünlerin sağlıklı ve güvenilir olduğunu nasıl anlarız?

- A) Ambalajına bakarak
B) Tanıdık market olmasından
C) Paketlerin üzerindeki güvenlik belgesi, sembol ve işaretlerden
D) Ürünle ilgili yapılan reklamlardan

5)

Bazı besin ürünleri dondurularak satılmaktadır.

Yukarıdaki ifadeye bazı ürünler niçin dondurularak satılmaktadır?

- A) Ürünlerin daha lezzetli olması için
B) Besinlerin tazeliğini ve bozulmasını önlemek için
C) Ürünlerin temiz kalmasını sağlamak için
D) Tüketicinin güvenini kazanmak için

6) I. Son tüketim tarihinin geçmemiş olmasına
II. Yemekten önce ve sonra ellerimizin yıkanmasına

III. Reklamının yapılmış olmasına
IV. Besinlerin uygun ortamlarda saklanmasına

Besinleri tüketirken yukarıda belirtilenlerin hangilerine dikkat etmeliyiz?

- A) I, II
B) I, II, III
C) II, III,
D) I, II, IV