

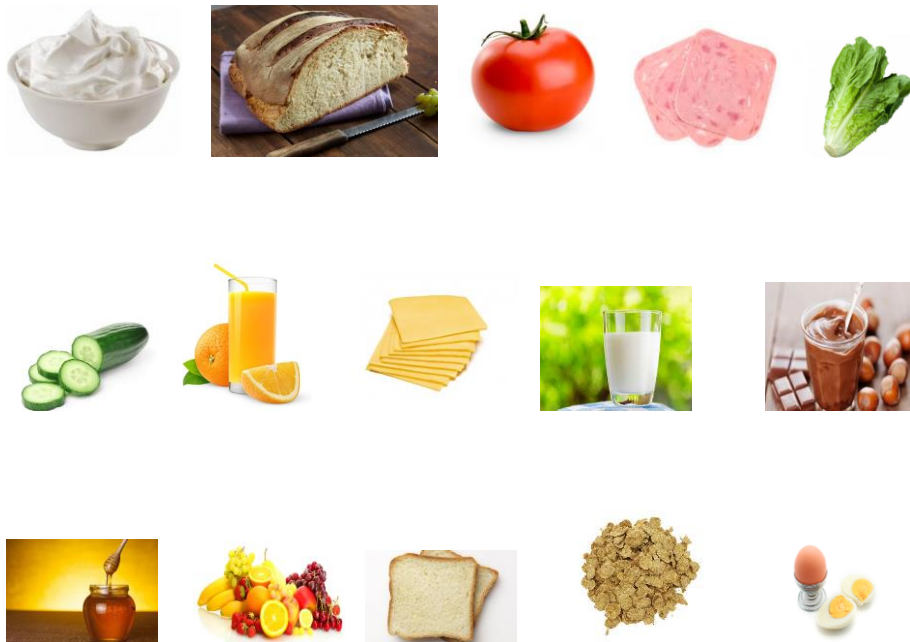
1) Ένωσε τις εικόνες με τις λέξεις που ταιριάζουν

	Ασβέστιο
	Γαλακτοκομικά
	Κόκκινα φρούτα και λαχανικά
	Βιταμίνη E
	Βιταμίνη C



2) Μπορείς να φτιάξεις ένα **πρωινό γεύμα** και ένα **βραδινό**; Χρησιμοποίησε **δημητριακά**, **φρούτα**, **λαχανικά** και **γαλακτοκομικά**.

Κόψε και κόλλησε στα πιάτα τα τρόφιμα της επιλογής σου και φτιάξε τα γεύματά σου!





Πρωινό





Βραδινό



3) Μπορείς να βοηθήσεις τις βιταμίνες να βρουν την παρέα τους;

Σημείωσε με ένα Χ τις βιταμίνες έχουν τα τρόφιμα του πίνακα

Τρόφιμα	Βιταμίνη c	ΒιταμίνηD	ΒιταμίνηE
