

1.
Vad innehåller pasta?

1. Protein

X. Kolhydrater

2. Fett



2.

Jenny vill äta en nyttig lunch. Vad ska hon välja?

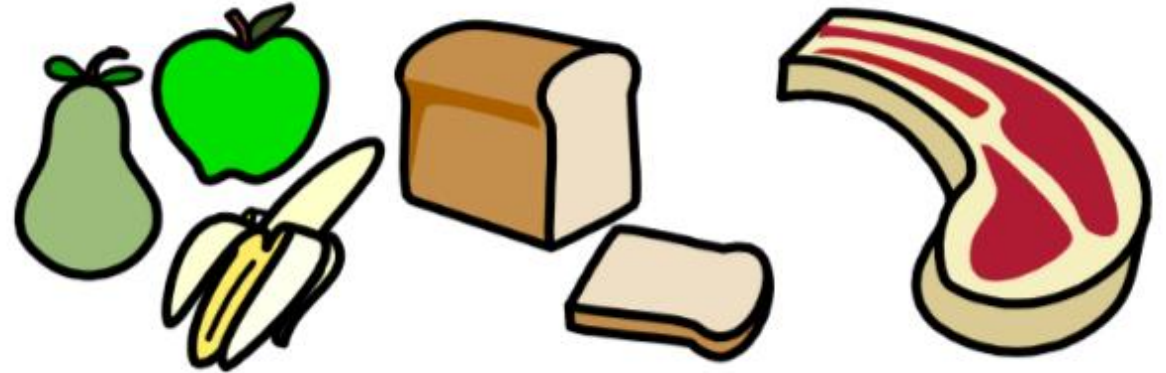
- 1. Hamburgare och pommies
- X. Lax och sallad
- 2. Bullar och chips



3.

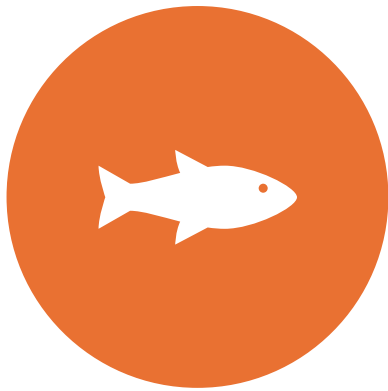
I vilket livsmedel finns det gott om protein?

- 1. Frukt
- X. Bröd
- 2. Kött



4.

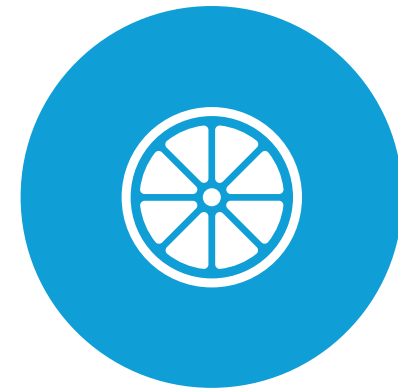
I vilket livsmedel finns nyttigt fett?



1. FISK



X. ÄPPLE



2. APELSIN

5.

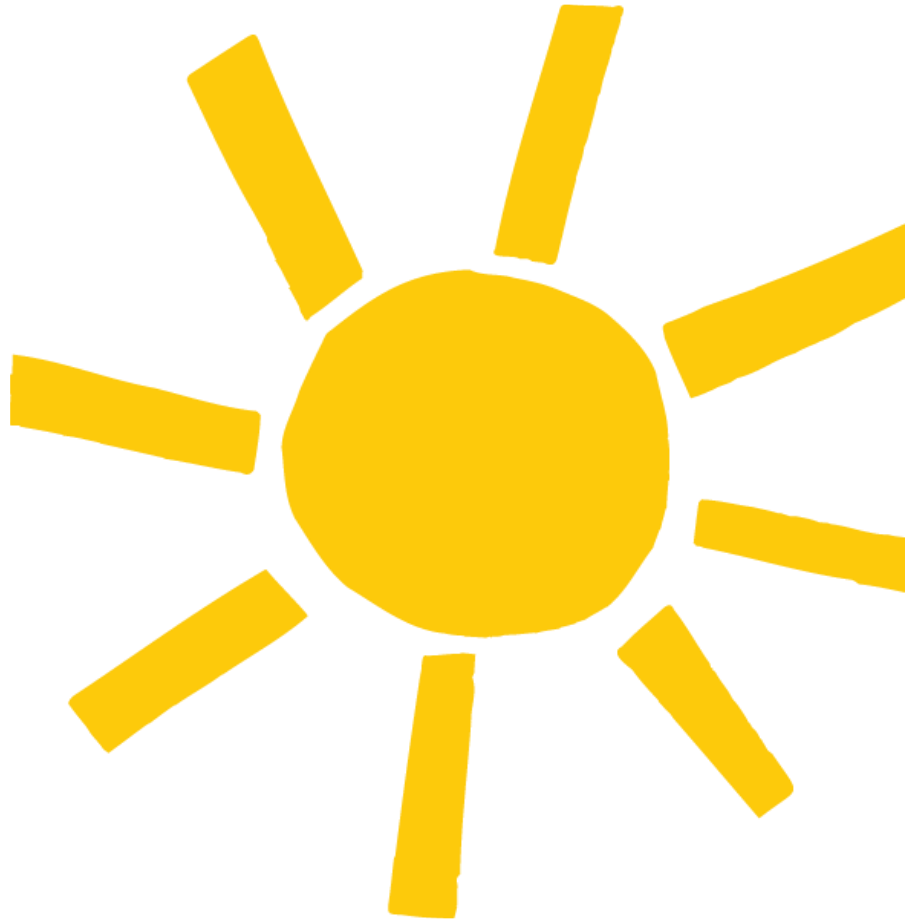
Vad kan hända om man bara äter onyttig mat?

- 1. Man blir starkare
- X. Man kan bli sjuk
- 2. Man blir piggare



6.

Vilken vitamin kommer från solen?

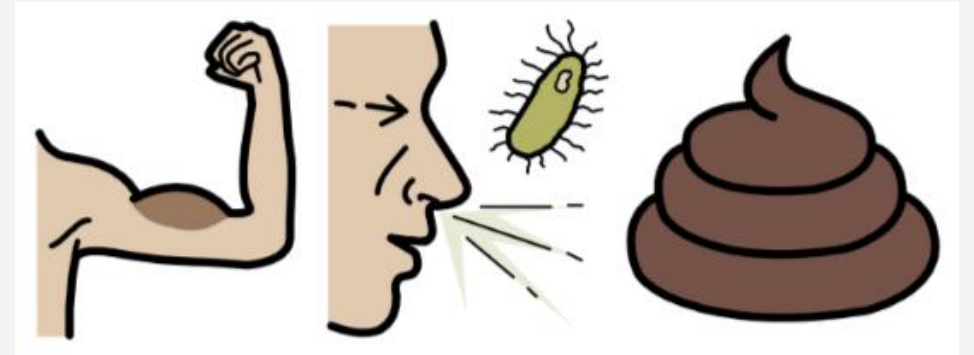
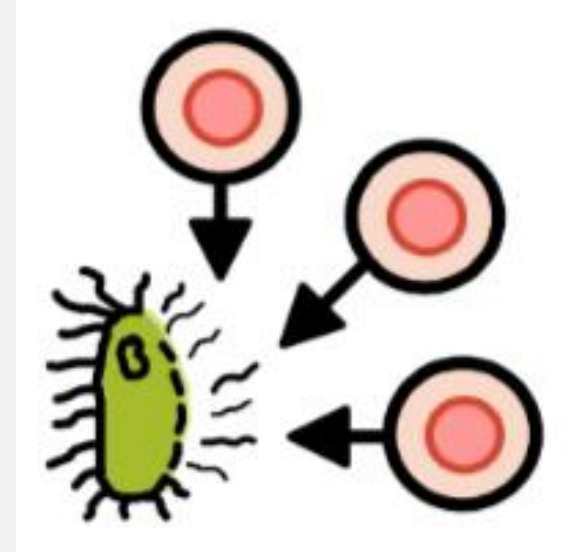


- 1. Vitamin B
- X Vitamin C
- 2. Vitamin D

7.

Vad gör immunförsvaret?

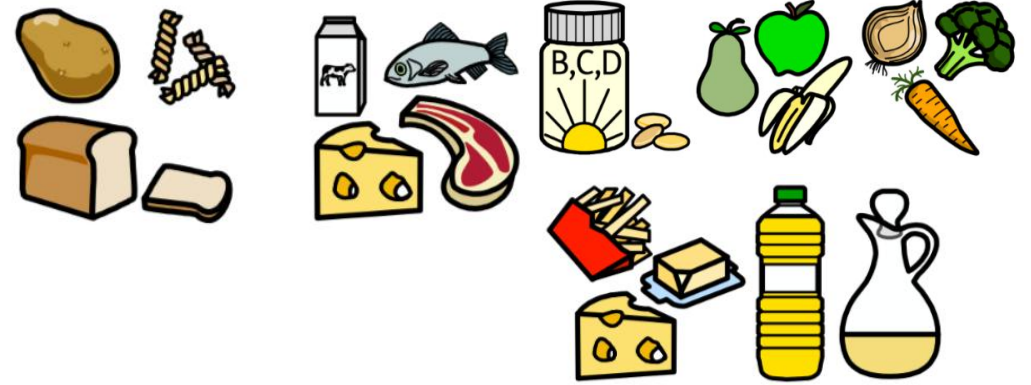
- 1. Bygger muskler
- X. Bekämpar virus och sjukdomar
- 2. Omvandlar mat till bajs



8.

Hur bör man äta för att kroppen ska må bra?

- 1. Kolhydrater, protein, vitaminer och fett



- X. Bara kolhydrater



- 2. Fett och vitaminer



