اسمي: _____ (الهرم الغذائي – 1) التاريخ: _____

المُفرَدَة	انسخها	مَعْنَاهَا
1. هَرَم		
2. السّعرَات الحَرَارِيّة		
3. العَنَاصِر الغِذائِيّة		
4. فِئَاتُ الطّعام		
5. النّشويّات		
6. دُهُون		
7. السُكّرِيّات		
8. البُروتِينَات		
9. السُّمْنَة		
10. النّحَافَة		
11. الفَواكِه و الخَضْرَاوات		
12. اللحُوم		
13. البقُوليّات الجَافّة		
14. مُنْتَجَات اللأَلْبَان		
15. الحِمْيَة الغِذائِيّة		
16. الفيتامِينات		
17. الأَلْيَاف		
18. الأَمْلاح المَعْدَنِيّة		
19. الكربوهيدرَات		
20. مضادات الأكْسِدَة		
21. الزّبَادِي		
22. الجُبْن		
23. الزّيوت النّبَاتِيّة		
24. المَعَادِن		