



Mâncare sănătoasă



Sănătos sau nesănătos?

Ardei gras



DA

NU

Foarte bine!

- Ardeii sunt cu siguranță o mâncare sănătoasă.
Ei fac parte din grupa legumelor!
- Mai încercă!

Încearcă din nou!

Bravo!

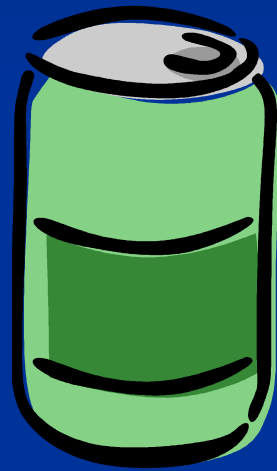
- Ardeii sunt o mâncare sănătoasă și fac parte din grupa legumelor!



[Click pentru a continua!](#)

Sănătos sau nesănătos?

- Băuturi acidulate



DA

NU

Foarte bine!

- Cele mai multe băuturi acidulate conțin foarte mult zahăr. Nu e sănătos să consumi prea mult zahăr. Multe băuturi acidulate conțin și cafeină.
- Bea apă, lapte sau sucuri de fructe în schimb.



Încearcă din nou!

Bravo!

- Băuturile acidulate conțin zahăr. Ce alte băuturi poți alege în locul lor?



Foarte bine!