

A. Aşağıdaki numaralanmış kutucuklarda karbonhidrat, protein, yağ ve vitamin çeşitlerini içeren besinlere ait örnekler verilmiştir. Bu kutucukların numaralarını kullanarak aşağıdaki soruların cevaplarını noktalı yerlere yazalım.

1 Makarna	2 Kırmızı et	3 Balık	4 Ekmek
5 Ceviz	6 Süt	7 Yumurta	8 Domates
9 Sakatat	10 Zeytin	11 Çilek	12 Havuç
13 Mısır	14 Peynir	15 Muz	16 Susam

1. Yukarıdaki kutucuklardan hangisinde veya hangilerinde karbonhidrat bakımından zengin besinler vardır?

- **Cevap: 1,4,5,8,11,12,13**

2. Yukarıdaki kutucuklardan hangisinde veya hangilerinde protein bakımından zengin besinler vardır?

- **Cevap: 2,3,6,7,14**

3. Yukarıdaki kutucuklardan hangisinde veya hangilerinde yağ bakımından zengin besinler vardır?

- **Cevap: 5,10,16**

4. Yukarıdaki kutucuklardan hangisinde veya hangilerinde vitaminler bakımından zengin besinler vardır?

- **Cevap: 1,12,15**

B. Aşağıdaki cümleleri okuyalım. Cümlelerde verilen bilgiler doğru ise “D”, yanlış ise “Y” harfinin altındaki kutucuğu işaretleyelim.

1. Pilav, karbonhidrat bakımından zengin bir besindir. (D)
2. Yoğurt, protein bakımından zengin bir besindir. (D)
3. Ayçiçeği, yağ bakımından zengin bir besindir. (D)
4. Yumurtada yağ yoktur. (Y)
5. Kırmızı et, vitamin bakımından zengindir. (D)
6. Dengeli ve düzenli beslenme hastalıklara neden olur. (Y)