

Α΄ μέρος

Διάβασε με προσοχή τις ερωτήσεις, ζήτησε από τους γονείς σου να σε βοηθήσουν και βάλε ένα (v) στο σωστό κουτάκι

1. ΠΟΣΟ ΧΡΟΝΟ ΤΡΑΦΗΚΑΤΕ ΜΕ ΜΗΤΡΙΚΟ ΓΑΛΑ;

	ΚΑΘΟΛΟΥ	ΜΕΧΡΙ 2 ΜΗΝΕΣ	ΜΕΧΡΙ 1 ΧΡΟΝΟ
ΑΓΟΡΙΑ			
ΚΟΡΙΤΣΙΑ			



2. ΠΙΝΕΤΕ ΓΑΛΑ;

	ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ	2-3 ΦΟΡΕΣ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ	ΚΑΘΟΛΟΥ
ΑΓΟΡΙΑ			
ΚΟΡΙΤΣΙΑ			-

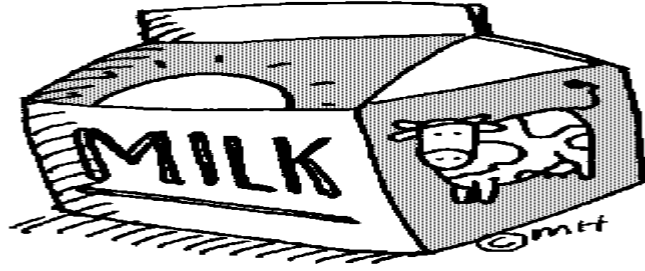


3. ΑΝ ΝΑΙ ΤΙ ΓΑΛΑ ΠΙΝΕΤΕ;

	ΦΡΕΣΚΟ	ΕΒΑΠΟΡΕ	ΣΟΚΟΛΑΤΟΥΧΟ
ΑΓΟΡΙΑ			
ΚΟΡΙΤΣΙΑ			

4. ΑΝ ΠΙΝΕΤΕ ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ ΓΑΛΑ ΠΟΣΗ ΕΙΝΑΙ Η ΠΟΣΟΤΗΤΑ;

	1 ποτήρι	2 ποτήρια	Περισσότερα από 2 ποτήρια
ΑΓΟΡΙΑ			
ΚΟΡΙΤΣΙΑ			



5. ΠΟΤΕ ΠΙΝΕΤΕ ΓΑΛΑ;

	ΠΡΩΙ	ΑΠΟΓΕΥΜΑ	ΒΡΑΔΥ
ΑΓΟΡΙΑ			
ΚΟΡΙΤΣΙΑ			



6. ΤΡΩΤΕ ΤΥΡΙΑ;

	ΝΑΙ	ΟΧΙ
ΑΓΟΡΙΑ		
ΚΟΡΙΤΣΙΑ		



7. ΑΝ ΝΑΙ ΠΟΙΑ ΤΡΩΤΕ;

	ΦΕΤΑ	ΚΑΣΕΡΙ	ΜΑΝΟΥΡΙ	ΑΝΘ/ΡΟ	ΚΕΦ/ΤΥΡΙ
ΑΓΟΡΙΑ					
ΚΟΡΙΤΣΙΑ					

8. ΠΟΤΕ ΤΡΩΤΕ ΤΥΡΙΑ;

	ΓΕΥΜΑΤΑ	ΚΟΛΑΤΣΙΟ

ΑΓΟΡΙΑ		
ΚΟΡΙΤΣΙΑ		



9. ΤΡΩΤΕ ΓΙΑΟΥΡΤΙ;

	ΝΑΙ	ΟΧΙ
ΑΓΟΡΙΑ		
ΚΟΡΙΤΣΙΑ		



10. ΑΝ ΝΑΙ ΠΟΤΕ;

	ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ	ΜΕΡΙΚΕΣ ΦΟΡΕΣ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ
ΑΓΟΡΙΑ		
ΚΟΡΙΤΣΙΑ		

11. ΤΙ ΠΡΟΣΕΧΕΤΕ ΟΤΑΝ ΑΓΟΡΑΖΕΤΕ ΓΑΛΑ;

	ΤΗΝ ΤΙΜΗ	ΤΑ ΛΙΠΑΡΑ	ΤΗΝ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ	ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΛΗΞΗΣ	ΚΑΤΙ ΑΛΛΟ
ΑΓΟΡΙΑ					
ΚΟΡΙΤΣΙΑ					



Β' μέρος

Μία ή παραπάνω απαντήσεις είναι σωστές. Κύκλωσε όποιες εσύ θεωρείς σωστές:

1. Πόσο γάλα πρέπει να πίνουν τα παιδιά την ημέρα;
 - 1 ποτήρι
 - 2 ποτήρια
 - Όσο θέλουν
 - Καθόλου
2. Γιατί δεν πρέπει να βάζουμε στο γάλα σοκολατούχες ουσίες; (Hemo, Nesquick, Super Caotonic)
 - Γιατί αλλοιώνονται τα θρεπτικά συστατικά του γάλατος
 - Γιατί χαλάνε τα δόντια
 - Γιατί παχαίνει
 - Όλα τα παραπάνω
3. Ποιο είναι το πιο κατάλληλο πρωινό για ένα παιδί;
 - 1 ποτήρι γάλα, 1-2 φέτες ψωμί με μέλι και ένα φρούτο ή φυσικός χυμός
 - 1 ποτήρι γάλα με δημητριακά και ένα φρούτο ή φυσικός χυμός
 - Ζαχαρωτά (σοκολάτες, γλυκά, καραμέλες)
 - 1 ποτήρι φυσικός χυμός πορτοκάλι
 - Να μην παίρνουμε καθόλου πρωινό
4. Όταν σε ένα παιδί δεν αρέσει το γάλα, τι άλλο μπορεί να φάει αντί να πιεί γάλα;
 - γιαούρτι
 - τυρί
 - σοκολάτα
 - τίποτα από τα παραπάνω
5. Τι πρέπει να τρώνε τα παιδιά στο σχολείο όταν πεινάνε;
 - 1 ή 2 φρούτα
 - 1 σοκολάτα
 - Γαριδάκια ή πατατάκια
 - 1 τoστ (με ψωμί, τυρί, γαλοπούλα) το οποίο έχει φτιαχτεί στο σπίτι

