

Student's page 28-29

Bad eating habits: κακές διατροφικές συνήθειες

Myth: μύθος

Fact: γεγονός

Healthy: υγιεινός

Pay attention: προσέχω

Skip a meal: παραλείπω ένα γεύμα

Bad for our heart: κακό για την καρδιά μας

Fizzy drinks: ανθρακούχα αναψυκτικά

Add: προσθέτω

Calories: θερμίδες

Fat: λίπος

Salt: αλάτι

Additives: πρόσθετα

Tofu burger: μπιφτέκι σόγιας

Colouring: χρωστικές

Carbonated water: ανθρακούχο νερό

Fatty: λιπαρός

Sugary: με ζάχαρη

High in calories: υψηλής θερμιδικής αξίας

Dessert: επιδόρπιο

Cut down on: ελατώνω

Normal-sized meal: γεύμα κανονικού μεγέθους

Lucky: τυχερός

Home cooked meals: σπιτικά γεύματα