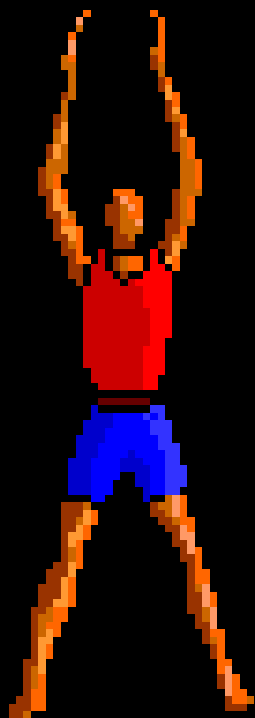


LEPO JE BITI ZDRAV



Tanja Borenovic

Vprašanje 1

Kaj od naštetega je hranilna snov?

a) Aceton

b) Beljakovine

c) Sadje

d) Žitarice

Kaj od naštetega je hranilna snov?

a) Aceton

b) Beljakovine

c) Sadje

d) Žitarice

100



Vprašanje 2

Koliko skupin hranilnih snovi
poznamo?

a) 3

b) 0

c) 10

d) 5

Koliko skupin hranilnih snovi
poznamo?

a) 3

b) 0

c) 10

d) 5

200



Vprašanje 3

Beljakovine moramo uživati zato, da

...

a) lahko hitreje tečemo

b) se lahko smejimo

c) se mišice lahko razvijajo

d) smo siti

Beljakovine moramo uživati zato, da

...

a) lahko hitreje tečemo

b) se lahko smejimo

c) se mišice lahko razvijajo

d) smo siti

300



Vprašanje 4

Vsako živilo, ki ga vidim na TV je....

a) sigurno zdravo za nas

b) Mogoče okusno in ne vedno zdravo

c) Zelo okusno in vedno zdravo

d) zelo drago

Vsako živilo, ki ga vidim na TV je....

a) sigurno zdravo za nas

b) mogoče okusno a ne vedno zdravo

c) zelo okusno in vedno zdravo

d) zelo drago

500



Vprašanje 5

Ogljikovi hidrati nam dajejo...

a) sladkor

b) moč

c) energijo

d) zdravje

Ogljikovi hidrati nam dajejo....

a) sladkor

b) moč

c) energijo

d) zdravje

1.000



Vprašanje 6

Kje lahko preverimo katere snovi vsebuje posamezno živilo?

a) Pri učiteljici

b) V trgovini

c) V reklamnem oglasu

d) Na embalaži živila

Kje lahko preverimo katere snovi vsebuje posamezno živilo?

a) Pri učiteljici

b) V trgovini

c) V reklamnem oglasu

d) Na embalaži živila

2.000



Vprašanje 7

Kaj od naštetega je najbolj zdravo?

a) Viki krema

b) Sadni desert , kupljen v trgovini

c) Cedevida

d) Navadni jogurt

Kaj od naštetega je najbolj zdravo?

a) Viki krema

b) Sadni desert

c) Cedevida

d) Navadni jogurt

4.000



Vprašanje 8

Mlečne izdelke moramo zaužiti?

a) Nikoli

b) Enkrat mesečno

c) Vsaj enkrat dnevno

d) Enkrat na teden

Mlečne izdelke moramo zaužiti...

a) Nikoli

b) Enkrat mesečno

c) Vsak enkrat dnevno

d) Enkrat na teden

8.000



Vprašanje 9

Slani prigrizki (čips, smoki,...) so nezdravi. Nadomestimo jih lahko ...

a) z arašidi

b) z bonboni

c) z Nutello

d) s sadjem ali zelenjavo

Slani prigrizki (čips, smoki, ...) so nezdravi. Nadomestimo jih lahko...

a) z arašidi

b) z bomboni

c) z Nutello

d) s sadjem in zelenjavo

16.000



Vprašanje 10

Koliko sadja in zelenjave lahko zaužijemo?

a) Samo enkrat na dan

b) Enkrat na teden

c) Vsaj enkrat na dan

d) Dva krat na teden

Koliko sadja in zelenjave lahko zaužijemo?

a) Samo enkrat na dan

b) Enkrat na teden

c) Vsaj enkrat na dan

d) Dva krat na teden

32.000





Vprašanje 11

Če je v živilu veliko maščob, je to živilo

a) odličnega okusa

b) nezdravo živilo in se ga izognemo

c) Zelo sitostno živilo

d) Zelo zdravo živilo in ga takoj kupimo

Če je v živilu veliko maščob, je to živilo...

a) odličnega okusa

b) nezdravo živilo in se ga izognemo

c) Zelo sitostno živilo

d) Zdravo živilo

64.000



Vprašanje 12

Katero sadje je pečkasto?

a) Banane

b) Jabolka

c) Ananas

d) Kivi

Katero sadje je pečkasto?

a) Banane

b) Jabolka

c) Ananas

d) Kivi

125.000





Vprašanje 13

Kaj meniš, kaj od naštetega lahko sam narediš doma?

a) Mleko

b) Jajce

c) Sadni jogurt

d) Sir

Kaj meniš, kaj od naštetega lahko sam narediš doma?

a) Mleko

b) Jajce

c) Sadni jogurt

d) Sir

250.000



Vprašanje 14

Da bi bili zdravi, moramo....?

a) Jesti veliko beljakovinske hrane

b) jesti raznoliko in pisano hrano

c) Jesti samo tisto hrano z ogljikovimi hidrati

d) Jesti samo sadje in zelenjavo

Da bi bili zdravi, moramo... ?

a) Jesti veliko beljakovinske hrane

b) Jesti raznoliko in pisano hrano

c) Jesti samo tisto hrano z ogljikovimi hidrati

d) Jesti samo sadje in zelenjavo

500.000



ODLIČNO!

Mi živimo zdravo