



תשבץ – מה הביטוי המסתתר בטור המודגש - פתרון.

1		ס	י	מ	ו	ן	<b>ת</b>	ז	ו	נ	ת	י
2							<b>ז</b>	י	ת	י	ס	
3		פ	ח	מ	י	מ	<b>ו</b>	ת				
4		מ		ג	ו	ו	<b>נ</b>	ת				
5				ב	נ	נ	<b>ה</b>					
6				ק	י	ט	<b>נ</b>	י	ו	ת		
7					ח	ל	<b>ב</b>	ו	נ			
8						ח	<b>ו</b>	מ	ר	מ	ש	ר
9				ש	ו	מ	<b>נ</b>	י	ס			
10	מ	ר	ג	ר	י	נ	<b>ה</b>					

8. על תווית המזון חייב להופיע: (סמן את הנכון): פרסומת, פרסים, סימון תזונתי
9. איזה מן המזונות עשיר בשומן? זיתים, חלב, תמרים
10. איזה רכיב צריך שיהיה בכמות הגדולה ביותר בצלחת המנצחת? פחמימות
11. חשוב להקפיד שהצלחת המנצחת תהיה: מורכבת מכל רכיבי המזון, צבעונית, ו... (מגוונת, טעימה, מתוקה)
12. איזה קינוח יותר בריא? בננה, ביצת קינדר, עוגת שוקולד
13. רכיב המזון פחמימות כולל את קבוצות המזון הבאות: עמילן, פירות וירקות, דגנים ו... (קטניות)
14. חלב, גבינה, עוף, דג הם מזונות עשירים ב..... (חלבון)
11. בסימון התזונתי חייב להופיע: (סמן את הלא נכון): אנרגיה, שומנים, חומר משמר
12. הרכיבים התזונתיים הם: ויטמינים ומינרלים, פחמימות, חלבונים ו.....
13. באיזה מן המזונות מופיע שומן הטראנס הלא בריא: שמן זית, טחינה, מרגרינה