



De ce trebuie să mâncăm și să bem?

Ți-a fost vreodată cu adevărat foame? Atunci îți chiorăie burta și te simți rău. Corpul îți comunică astfel că are nevoie urgentă de mâncare. Mâncarea și băutura sunt vitale. Dar, uneori, mâncăm pur și simplu pentru că avem poftă de ceva delicios.

Avem gusturi diferite: unii mănâncă mere cu plăcere, altora le plac bananele, unii preferă alimentele sărate, alții pe cele acre. Însă toată lumea adoră ceva dulce. Din când în când, o bucățică de ciocolată sau o înghețată este binevenită. Dar, pentru a te sătura, este bine să mănânci paste făinoase, sau piure de cartofi sau ... sau

dulce



Ce gust are?

acru



sărat




picant




amar




Care este mâncarea ta preferată?




Spaghete cu
sos de roșii!




Pizza cu
salam și
ciuperci!



Pui cu orez!



Crochete de
pește cu piure
de cartofi!



Cartofi prăjiți
cu un ou
ochi!



Chiftele și
ardei!

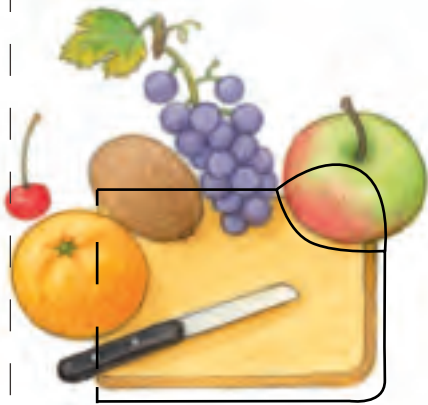


De unde provine mâncarea noastră?

Tot ceea ce mâncăm crește în natură: fructele cresc în pomi sau arbuști, legumele și cerealele cresc pe câmpuri. Carnea, laptele, brânza,

ouăle și mierea provin de la animale. Noi cumpărăm toate aceste alimente de la magazin, de la supermarketuri sau de la piață.





Ai cules vreodată mere sau
cireșe din pom sau ai mâncat
căpșuni direct din grădină?
Fructele proaspete sunt
delicioase.

Multe fructe, precum
bananele sau portocalele,
provin din țări îndepărtate.



cireșe

mere

coacăze

zmeură

căpșuni