

# التحذير عند الإنسان

## الأغذية التي تناولها متنوعة :

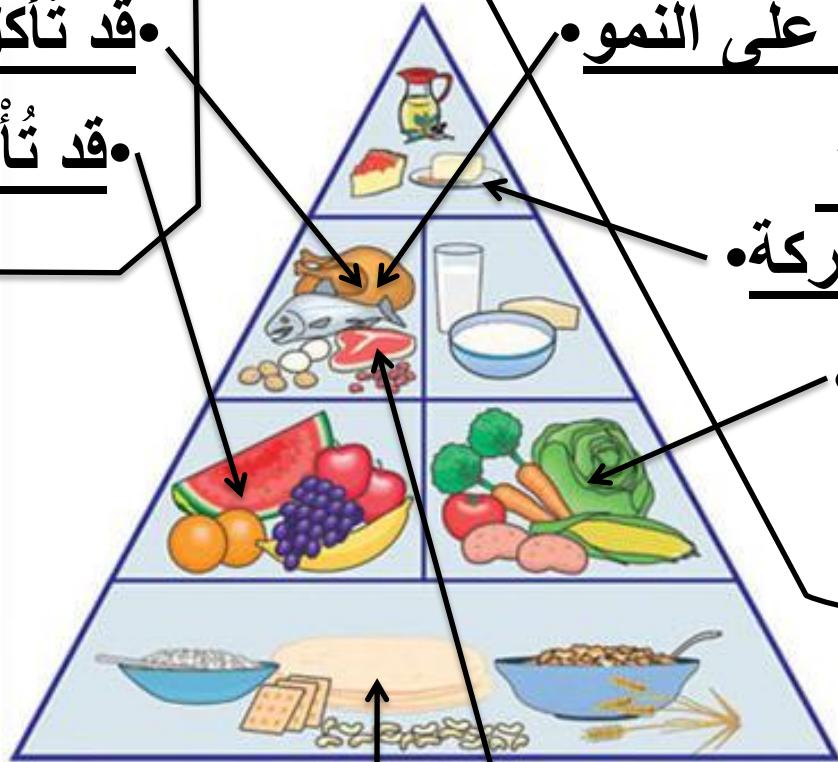
قد تأكل مطبوخة

قد تأكل نيئة

الأغذية البناءية تساعد على النمو

الأغذية الطاقية تزودنا  
بالطاقة الضرورية للحركة.

الأغذية الواقية تحمي  
 أجسامنا من الأمراض



قد تكون من أصل نباتي

قد تكون من أصل حيواني

أغذية متنوعة و منتظمة = صحة جيدة

للمزيد من الملفات قم بزيارة الموقع : **Talamid.ma**