

المفاهيم والمصطلحات

وجبة غذائية صحية

ستتعرف في هذا الدرس على المصطلحات والمفاهيم التالية:

D Nutritional Component

العنصر الغذائي

Food Group

المجموعة الغذائية

Food Pyramid

الهرم الغذائي

A healthy Meal

الوجبة الغذائية الصحية