

AGGIUSTA LA PAROLA

LE LETTERE IN UNA PAROLA DI OGNI FRASE SONO INVERTITE.

METTILE AL POSTO GIUSTO!

STAMPA E COMPLETA

SALTA in BOCCA
PER UN'ALIMENTAZIONE SANA E SOSTENIBILE

- 1) La colazione è uno dei pasti **aliipprcni** della giornata _____
- 2) Una colazione nutriente ti dà **giarene** per studiare e giocare _____
- 3) Non esagerare con gli alimenti **trifti** e preconfezionati _____
- 4) Riso, grano, orzo, avena, farro sono alcuni tipi di **reecila** _____
- 5) È bene variare il menù ogni giorno per crescere in modo **toebarilqui** _____
- 6) Un'ottima merenda a scuola e a casa è un buon **toruft** _____
- 7) Giocare e fare **ropts** fanno crescere meglio il tuo corpo _____
- 8) Facendo sport impari cosa è lo spirito di **dqrvaas** _____
- 9) A cena è meglio consumare un pasto leggero e **beliegiird** _____
- 10) Mangia con calma a **avotla** e spegni la tv _____
- 11) Occorre mangiare frutta e **druvare** almeno 5 volte al giorno _____
- 12) Alcuni **irtoingrate** alimentari possono essere d'aiuto quando non si mangia abbastanza frutta e verdura _____
- 13) Le **nehizucc** e il kiwi appartengono allo stesso colore-benessere (verde) _____
- 14) Il **dnoiub** è una merenda dolce gustosa, leggera e facile da preparare _____
- 15) Il **occaa** contiene numerose vitamine e sali minerali _____
- 16) Le **tirenope** sono i "mattoni" fondamentali della crescita _____
- 17) I **dpiili** (o grassi) sono una grande riserva di energia _____
- 18) I carboidrati danno energia per studiare e **egiroac** _____
- 19) Ciò che lasci in tavola può servire per una nuova **atretic** _____
- 20) Con la carne avanzata si possono preparare buonissime **teppolet** _____

