المفاهيم والمصطلحات

مجموعات الغذاء

ستتعرف في هذا الدرس على المفاهيم والمصطلحات التالية:

مجموعات الغذاء	Food Groups
الكربوهيدرات	Carbohydrates
البروتينات	Proteins
الدهون	Fats
الفيتامينات	Vitamins
الأملاح المعدنية	Minerals