

المفاهيم والمصطلحات

مجموعات الغذاء

ستتعرف في هذا الدرس على المفاهيم والمصطلحات التالية:

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