

## Pelikortit ravinnosta

Tulosta ja laminoi kortit. Voit hyödyntää niitä sananselitys- ja muistipeleissä. Kortit sopivat soveltuvien osien myös esitettäväksi pantomiimeina.

<b>energia</b>	<b>proteiinit</b>	<b>kilokalorit</b>
<b>rasvat</b>	<b>syömishäiriöt</b>	<b>kivennäisaineet</b>
<b>kuidut</b>	<b>vitamiinit</b>	<b>tyypin 2 diabetes</b>
<b>painonhallinta</b>	<b>energiantarve</b>	<b>lautasmalli</b>

<b>ravintoaineet</b>	<b>hiilihydraatit</b>	<b>keliakia</b>
<b>suojaravintoaineet</b>	<b>ravitsemussuositus</b>	<b>perus- aineenvaihdunta</b>
<b>laktoosi-intoleranssi</b>	<b>kolesteroli</b>	<b>osteoporoosi</b>
<b>ruokavalio</b>	<b>kasvisruokavalio</b>	<b>ruokapyramidi</b>
<b>luomuruoka</b>	<b>vegaani</b>	<b>ruokarytmi</b>
<b>ruokahalu</b>	<b>nälkäinen</b>	<b>kylläinen</b>

<b>kalsium</b>	<b>d-vitamiini</b>	<b>ravintolisä</b>
<b>antioksidantti</b>	<b>ruoka-aineallergia</b>	<b>gluteeniton</b>