

## Τάξεις Γ' και Δ'

# ΞΕΡΟΥΜΕ ΤΙ ΤΡΩΜΕ;

Πολλές φορές αναμιγνύουμε διάφορες τροφές για να φτιάξουμε κάποιο φαγητό. Αυτό το κάνουμε καθημερινά στη ζωή μας συνδυάζοντας διάφορα υλικά για να δημιουργήσουμε νόστιμες γεύσεις με τα φαγητά μας.

Τροφή ή τρόφιμο είναι οποιαδήποτε στερεή ή υγρή ουσία που μπορεί να καταναλώσει (να φάει ή να πιει) ο άνθρωπος.

Ας πάρουμε για παράδειγμα την πίτσα και το χάμπουργκερ.

### Α. ΠΙΤΣΑ

Για να φτιάξουμε την πίτσα μας χρησιμοποιήσαμε τα πιο κάτω υλικά:

Αλεύρι

Τυρί

Τοματοπολτός



Σαλάμι

Ζαμπόν

Ελιές

Συμπληρώνω τον πιο κάτω πίνακα σημειώνοντας την προέλευση του κάθε υλικού που χρησιμοποιήσαμε για να φτιάξουμε την πίτσα.

Υλικό	Προέλευση	Ζώο/Φυτό
αλεύρι	σιτάρι	φυτό

Ανάλογα με την προέλευσή τους οι τροφές διακρίνονται:  
(α) σε τροφές οι οποίες παράγονται από τα φυτά, και  
(β) σε τροφές οι οποίες παράγονται από τα ζώα.

Πηγή:

Εκπαιδευτικό Πακέτο  
για το έργο EAThink

## Β. ΧΑΜΠΟΥΡΓΚΕΡ

Καταγράψω τα πέντε βασικά υλικά που χρησιμοποιήθηκαν για να φτιάξουμε το πιο κάτω χάμπουργκερ και να συμπληρώσω τον πίνακα.



Υλικό	Πρόέλευση	Ζώο/Φυτό

Η τροφή δίνει στο ανθρώπινο σώμα τις απαραίτητες θρεπτικές ουσίες για να αναπτυχθεί και να έχει ενέργεια. Χωρίς τροφή ο άνθρωπος δεν μπορεί να ζήσει.