\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Име и презиме

Наставни листић

**Таблица правилне исхране**

**Задатак:** На основу шеме пирамиде исхране и намирница за здраву исхрану (као под­сетник), попуните таблицу здраве исхране (недељну /дневну) са пет дневних оброка.

**Таблица здраве исхране**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Доручак | Ужина | Ручак | Ужина | Вечера |
| Понедељак |  |  |  |  |  |
| Уторак |  |  |  |  |  |
| Среда |  |  |  |  |  |
| Четвртак |  |  |  |  |  |
| Петак |  |  |  |  |  |
| Субота |  |  |  |  |  |
| Недеља |  |  |  |  |  |