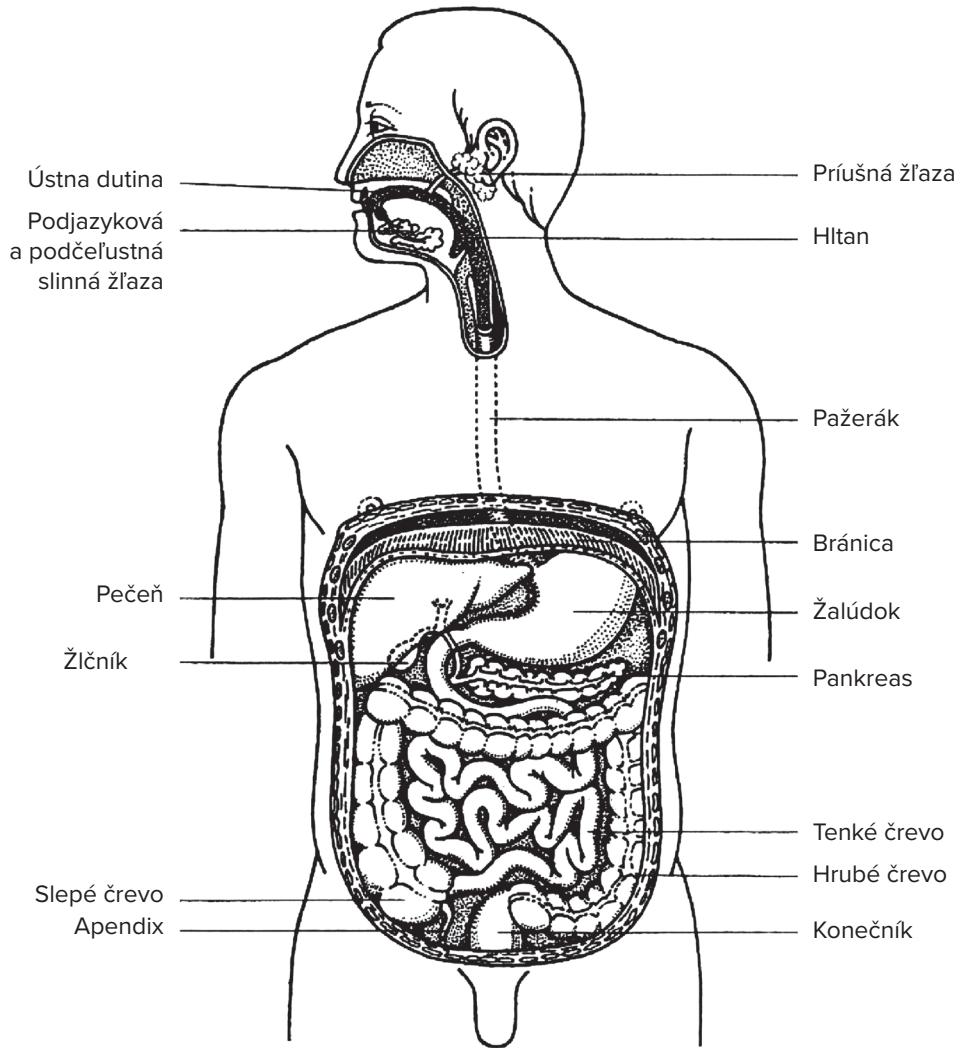
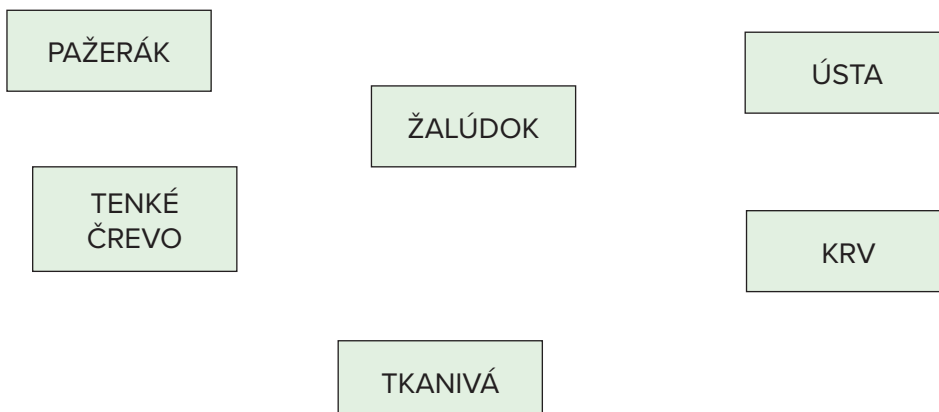


## Úloha 2: Cesta potravy

A. Na obrázku vyfarbi, kadiaľ putuje v tele potrava:



B. Potrava obsahuje množstvo živín. Aby mohlo telo živiny využívať, musia sa živiny dostať do krvi. Skús zoradiť jednotlivé kroky.



**C. Vyber správne tvrdenia o jogurtoch:**

- Jogurty sú nezdravé a kazia sa po nich zuby.
- Jogurty nám pomáhajú udržiavať črevo zdravé.
- Jogurty jedia len dospelí.
- Jogurty jeme iba vtedy, keď máme trávenie v poriadku.
- Jogurty by sme mali jesť viac, keď berieme antibiotiká.
- Jogurt je dobrý na hnačku aj na zápchu.

**D. Vlákna v potrave pomáha čistiť črevo, povzbudzuje správne posúvanie trávenej potravy črevom a vytvára v čreve zdravé prostredie.**

Vieš, ktoré potraviny obsahujú veľa vlákniny? Skús niektoré napísať a nakresliť.

