

ΘΕΜΑΤΙΚΗ  
ΕΝΟΤΗΤΑ

9.1



Με τη συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ  
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΗΜΟΤΙΚΗΣ  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ



# Εαυτός

## Υγιεινή διατροφή



# 9.1 | Εαυτός

Υγιεινή διατροφή



## διατροφική πυραμίδα

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

**9.1** | **Εαυτός**

Υγιεινή διατροφή



**φρούτα**

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

**9.1** | **Εαυτός**

Υγιεινή διατροφή

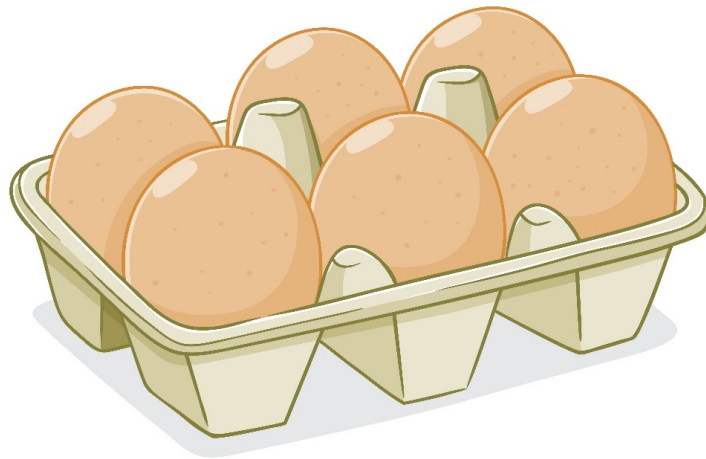


**λαχανικά**

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

# 9.1 | Εαυτός

Υγιεινή διατροφή



αβγά

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

**9.1** | **Εαυτός**

Υγιεινή διατροφή



**γαλακτοκομικά**

# 9.1 | Εαυτός

Υγιεινή διατροφή



## Θαλασσινά

# 9.1 | Εαυτός

Υγιεινή διατροφή



## κρέας



# 9.1 | Εαυτός

Υγιεινή διατροφή



## ξηροί καρποί

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

# 9.1 | Εαυτός

Υγιεινή διατροφή



## δημητριακά

# 9.1 | Εαυτός

Υγιεινή διατροφή



## ελαιόλαδο

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

**9.1** | **Εαυτός**

Υγιεινή διατροφή



**γάλα**

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

**9.1** | **Εαυτός**

Υγιεινή διατροφή



**γιαούρτι**

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

**9.1** | **Εαυτός**

Υγιεινή διατροφή



**ψάρι**

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

**9.1** | **Εαυτός**

Υγιεινή διατροφή

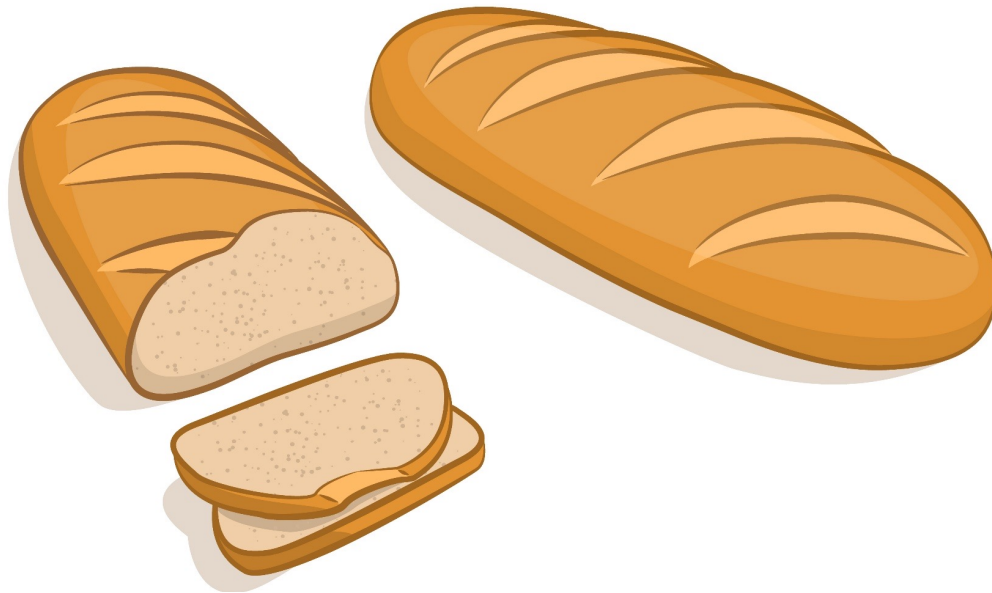


**όσπρια**

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ

# 9.1 | Εαυτός

Υγιεινή διατροφή



# ψωμί