

1. Ποια είναι τα θρεπτικά συστατικά των τροφίμων; Να τα κατατάξετε σε θερμιδογόνα και μη θερμιδογόνα.
2. Ποιες είναι οι ομάδες τροφίμων και ποιες είναι οι αντιπροσωπευτικές τροφές κάθε ομάδας;