



शब्द स्क्रैम्बल

नीचे दिए गये खाद्य पदार्थों को अव्यवस्थित कर दिया गया है! प्रत्येक पंक्ति में अक्षरों को पुनर्व्यवस्थित करें ताकि यह पता लगाया जा सके कि उन्हें कौन सा भोजन होना चाहिये, फिर उन्हें सही माईप्लेट फूड ग्रुप के तहत सूचीबद्ध करें।

1. जराबा _____
2. पॉर्नपकॉ _____
3. रीचे _____
4. मरूमश _____
5. हूँगे _____
6. कचिन _____
7. हीद _____
8. डूआ _____
9. लमैरके _____
10. ब्रोलीको _____
11. लदा _____
12. दूक _____
13. छछा _____
14. चीली _____
15. रनीप _____

फल	सब्जियां	अनाज	प्रोटीन खाद्य पदार्थ	डेयरी

जवाब

फल	सब्जियां	अनाज	प्रोटीन खाद्य पदार्थ	डेयरी
9. सूकरल	1. बाजरा	इयरी	अनाज	फल
10. ब्राकॉली	2. पापकॉन	दही	बाजरा	मशरूम
11. दाल	3. रोसे	चिकन	बाजरा	रोसे
12. कद्दू	4. मशरूम	सूकरल	पापकॉन	आइ
13. छछा	5. गोभी	छछा	पापकॉन	ब्राकॉली
14. लीची	6. चिकन	पनीर	गोहूँ	दाल*
15. पनीर	7. दही			कद्दू
	8. आइ			

*दाल, बीन्स और सूखे मटर प्रोटीन के बमस्थिति स्रोत हैं, इसलिए वे दोनों खाद्य समूहों का हिस्सा हैं।