



PAGHALO-HALO NG SALITA

Pinaghalo-halo ang mga pagkain sa ibaba! Ayusin ang mga titik sa bawat linya upang matuklasan kung anong pagkain dapat ang mga ito, at tsaka ilista sila ang mga ito ayon sa tamang Pangkat ng Pagkain ng AkingPinggán.

1. Agibs _____
2. Isam _____
3. Gangam _____
4. Taebku _____
5. Rhaian _____
6. Omkan _____
7. Goytur _____
8. Yaabasb _____
9. Glonugngag _____
10. Oknankgg _____
11. Inapta _____
12. Ablaakas _____
13. Ogunmg _____
14. Inpay _____
15. Oesda ou qleb _____

PRUTAS	GULAY	BUTIL	PAGKAING PROTINA	PRODUKTONG GATAS
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____

MGA SAGOT

1. Bigas	2. Mais	3. Mangga	4. Kabute	5. Harina	6. Manok	7. Yogurt	8. Bayabas
1. Produktong Gatas	2. Manok	3. Yogurt	4. Queso de bola	5. Galunggong	6. Patani*	7. Munggo*	8. Bayabas
9. Galunggong	10. Kangkong	11. Patani	12. Kalabasa	13. Munggo	14. Pinya	15. Queso de bola	

*Ang mga lentil, munggo, at dried pea ay mga gulay na pinagmumulan ng protina, kaya kabiling ang mga ito sa parehong grupo ng pagkain.