

MINKÖST OM TÄÄMBÄNE SÜÜK TETTÜ?

◆ Kae', määnest süüki sa' täämbä süüt. Mõtlõ, määndsehe rühmä nõo' söögi' käuva'.

◆ Lõvvä' pürämiidist õigõ' magneti'. Pürämiidi põhah omma' köögivilä' ja terävilä', keskel puuvilä', piimäsöögi', pähkme' ja siimne', kõõ tipuh omma' makösöögi'. Könölõgõ', minkperäst omma' makösöögi' pürämiidi tipuh, a köögivilä' allpuul.

◆ Panõ' magnõti' talrigulõ õigõ kotusõ pääle (kae' värme, mia' omma' talrigu veerel).

◆ Kae' hindä talrigulõ – kas su' talrigul om süüke õgast rühmäst? Kas su' talrigu pääl om puul söögist köögivilä'?

MAKÖSÜÜK

TÄÄMBÄNE SÜÜK



Kas su' talrigul om
süüke õgast rühmäst?

MAKÖSÜÜK

LIHA,
KALA,
MUNA

PIIMÄSÖÖGI'

TERÄVILÄ'

LEIB

KARDOHK

KÖÖGIVILÄ'