

## المفاهيم والمصطلحات

### تغذية الياfeين

ستتعرف في هذا الدرس على المصطلحات والمفاهيم التالية:

|         |                |
|---------|----------------|
| MyPlate | الطبق الصحي    |
| Grains  | الحبوب         |
| Dairy   | منتجات الألبان |