

# Melk is gezond!

Vul de woorden op de juiste plaats in de tekst in:

kwark - dag - eiwit - voedingsstoffen -  
calcium - levensmiddel - botten - vitaminen

Het is belangrijk dat je elke \_\_\_\_\_ een melkproduct tot je neemt. Je hoeft echter niet elke dag melk te drinken - er zijn veel \_\_\_\_\_ die melk bevatten: yoghurt, room, \_\_\_\_\_ of kaas. Melk is zo belangrijk, omdat het veel \_\_\_\_\_ bevat, die je nodig hebt: eiwitten, vetten, \_\_\_\_\_ en mineralen. Een van deze mineralen is \_\_\_\_\_. Calcium heb je nodig voor stevige \_\_\_\_\_ en gezonde tanden. Het \_\_\_\_\_ in de melk heb je nodig om te groeien en voor de opbouw van de spieren.

# Melk is gezond!

1. Een koe heeft 4 ...
2. Welk geluid maakt een koe? Een koe ...
3. Een jong heet een ...
4. Gezegde: Oude .... uit de sloot halen.



1.						
2.						
3.						
4.						

Oplossing:  
\_\_\_\_\_