

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 dag een melkproduct tot je neemt. Je hoeft echter niet elke dag melk te drinken - er zijn veel levensmiddelen die melk bevatten: yoghurt, room, kwark of kaas. Melk is zo belangrijk, omdat het veel voedingsstoffen bevat, die je nodig hebt: eiwitten, vetten, vitaminen en mineralen. Een van deze mineralen is calcium. Calcium heb je nodig voor stevige botten en gezonde tanden. Het eiwit 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.		M	A	G	E	N	
2.	L	O	E	I	T		
3.	K	A	L	F			
4.		K	O	E	I	E	N

Oplossing:

_____ melk _____