

مصادر الأغذية

هناك أغذية مصدرها النبات : أغذية نباتية

هناك أغذية مصدرها الحيوان : أغذية حيوانية

أغذية نباتية	أغذية حيوانية
 زيت - خبز	 حليب
 - مربى	 - جبن
 - عصير	 - زبدة
 - غلال	 ياغورت
 - كسكس	 - بيض
 - أرز	 - عسل
 - حساء	 - لحم
 - سلطة	 سمك
 - مقرونة	