

# التغذية

الجهاز الهضمي للإنسان (مفتوح من الطرفين)

الفم

بالأسنان و اللعاب (الغذاء على شكل عجين)

البلعوم

المرئ

المعدة

بالعصارات المعدية (الغذاء على شكل عصيدة)

الأمعاء الرقيقة (تتصل بها  
أوعية دموية لامتصاص الغذاء)

بالعصارات المعوية (الغذاء على شكل سائل)

الأمعاء الغليظة

الجزء الذي لم يهضم على شكل فضلات

الشرح

فهي أغذية



طاقة

أغذية غنية بـ

السكريات و  
الدهنيات



بانية

البروتينات



واقية

الأملاح المعدنية  
و الفيتامينات



طاقة



بانية



واقية

أتناول أغذية متنوعة أي من أصل نباتي و حيواني و متوازنة من حيث مكوناتها سكريات

دهنيات بروتينات ماء أملاح معدنية فيتامينات

المسئول الرابع ابنناجي