

Name: _____

Toidurasvad sh rasvhapped ja kolesterool

O A N E N E R G I A A L L I K A S A A Ü I Õ N I
K N R I R E K Õ B L B I G B H E H L O P R A V E
O P D A V S A R D E S M O O L P Ü I I A T Õ O H
T B K A Õ Õ G A D N I I I I Ü I M G R O H P R U
E P S P R E N M E G L I L Õ I V I I L O I T A L
I T U O T Ü U N P M Õ Ü B N I N K I L O K G S D
A M M A T G G U P M D K R G U P R L I V A G V I
S S E Õ Ü T S K A L U M H N M A K Õ D D V Õ Ü S
P T L O M L N R H L T M M L T P G A I I S B Õ K
O H A L E I G T V S I U H B S R V V M L A R T P
M V M Õ A A N N S N S H N T E U U S A Õ R L O R
S B Ü G R E Õ N A N S O R G Ü H G A E E G L O A
K B T I S K R K R P E B R O K P G R H M K T N H
U U I I T G A D D I R S U K T B L A N I P A H V
I N R P Ü I S E U B P D Ü R R P U M U A D L Õ A
R U A V G D V O N A M G A A S E D I G T S H N V
A I S Ü G O A U U V L S I H K L G I E L T E G A
A P V U T R A U T D Ü E P L K U Ü P S U U K E B
K K H U E K L E S P K D I N I I M A T I V N B A
B Ü A P D M L R A L O O R E T S E S O K D E A T
D S P V V H I H L N D T M N Ü Õ Õ S N E V A G O
U A P N P K K N L G D Ü T O I D U R A S V A D I
V G E H E K A H Ü L V Õ M M B R I G B K D N B T
V I D N H R D K K Ü K U S M L Ü L G B A P M U R

küllastunud rasvhapped
Energiaallikas
Rasvaallikad
Vitamiinid
Oliiviõli
Rasv

Külmpressitud õli
Rahvavaba toit
Kolesterool
Rasvhapped
Rasvakiht

Piimarasva õli
Loomsed rasvad
Toidurasvad
Margariin
Taimeõlid