

Name: _____

Date: _____

Adolescence

C A R B O H Y D R A T E S F P T A P C B U C F W
B V I B F V Q P Q W H V H S U G A R K K G J M P
T X A K J E B K I G E O H O J S O R M N U O L Q
X Z P E U T I N N K A E S X F J U S Q T P G B D
E A X P U A N C G R L K W S L B B J R L X T K V
N E S G E L Q P S I T G Q J U H I O K E Q S V G
C S F Y P P Y M M T H R E F I Z L B I I K Y G Z
G C R A G L Y Y S C Y X H A D J Y Z P E E I S P
P C D U F L M U O Z P V C T S G S G W Z A T X Q
D F F K R E C I R Q A U M S T K S E S L U P C T
I G I M O W N S T A E M D R L J W N Q C B I K S
F P V P Z T J Y V C F S O V G Z N Q U L P V O R
R N E C X A R O C Z Y W G M S U V H C E A S C G
U I C B I E E Y H S Y Q Y H A J G H L C L F E T
D T H A Z J E U I I T U G Y N I N E X D A V W M
G S A X R F F Z O M S L O E C N E C S E L O D A
A K X O X T M P B D N W T L S Q F V Y R I A D Q
J Y C X B R P E N O R I H E O N F P C I U P X A
P T Z T Q L F Z B Y E D F S G M K Y S W U Y Q C
R F O N U Q M A X U Z G V X B F A K H L T E O D
I I S T I U R F Y V V E G E T A B L E S N A P E
O Z H H R O C M O B L N F E B C R D R B B I L A
Z D V B N G L W J O E A S G L J U Y L Q E M F I
O U P D T V X R Y A P K V H A Q W L P Y J U H Z

Eat well Plate

Vegetables

Pulses

Meats

Fats

Carbohydrates

Healthy

Fruits

Sugar

Iron

Adolescence

Fluids

Dairy

Five