

Name: _____

Date: _____

Healthy eating

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

eatwell plate

carbohydrate

wholegrain

vegetable

nutrient

vitamin

protein

fibre

dairy

fruit

meat

fat