

Name: \_\_\_\_\_

# The 7 Nutrients in Food

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

Carbohydrate

Vegetables

Chocolate

Minerals

Vitamins

Protein

Carrot

Butter

Orange

Potato

Starch

Bread

Fibre

Fruit

Sugar

Water

Meat

Tuna

Fat