

Το σπιτικό φαγητό ή το φαγητό από έξω.

Το σπιτικό φαγητό είναι καλύτερο και πιο υγιές από το φαγητό που τρώμε από έξω. Γιατί τα υλικά είναι πιο φρέσκα . Ενώ τα υλικά από έξω πιθανόν να είναι μεταλλαγμένα .Επίσης τα έτοιμα φαγητά κάνουν κακό στον οργανισμό μας .

Ζησοπούλου Αγγελική... Βούσκας Χρήστος ....

## ΤΑ ΣΠΙΤΙΚΑ ΦΑΓΗΤΑ

Το σπιτικό φαγητό είναι πιο νόστιμο και πιο θρεπτικό από το αγορασμένο φαγητό. Το αγορασμένο φαγητό περιέχει πολλά λιπαρά ενώ το σπιτικό περιέχει πιο λίγα λιπαρά. Με λίγα λόγια το σπιτικό φαγητό είναι το καλύτερο απ' όλα .

Νικηφόρος Κώστας

## ΤΑ ΣΠΙΤΙΚΑ ΗΤΑ ΕΤΟΙΜΑ ΦΑΓΗΤΑ

Εγώ νομίζω ότι το σπιτικό φαγητό είναι υγιεινό επειδή το φτιάχνουμε εμείς , δεν προτιμάμε το έτοιμο φαγητό επειδή δεν ξέρουμε τη βάζουνε μέσα και αν είναι

φρέσκο. Να προτιμάτε πάντα τα σπιτικά φαγητά.

**ΒΑΣΙΛΗΣ ΘΕΟΛΟΓΗΣ & ΡΕΝΙΑ ΘΕΟΛΟΓΟΥ**

**ΠΡΟΤΙΜΗΣΤΕ ΤΑ ΣΠΙΤΙΚΑ ΦΑΓΗΤΑ**

Εγώ νομίζω πως το καλύτερο φαγητό είναι το σπιτικό. Με το σπιτικό φαγητό βλέπουμε τι βάζει η μαμά ενώ με το έτοιμο δεν ξέρουμε τι βάζουν μέσα. Γι' αυτό είναι το καλύτερο για εμάς τα παιδιά να τρώμε σπιτικά φαγητά παρά έτοιμα.

**ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ**