TEST LEZIONE 11

DIETETICA

**1. Nelle linee guida per una sana alimentazione le novità si individuano in tre punti:**

a. vero

b. falso

**2. Tra le novità delle linee guida per una sana alimentazione c’e:**

a. la questione del bilancio idrico dell’organismo

b. la questione dell’attività fisica

**3. Per seguire una corretta alimentazione è consigliabile utilizzare al posto del sale:**

a. dado da brodo, senape, ketchup

b. aglio, cipolla, peperoncino

**4. Nel 2010 l’UNESCO ha definito la Dieta Mediterranea un :**

a. patrimonio immateriale dell’umanità

b. patrimonio materiale dell’umanità

**5. Nella Dieta Mediterranea l’olio extravergine d’oliva va consumato:**

a. settimanalmente

a. tutti i giorni