

# PAPUJEN OPETTELIJAN KORTTI

**NIMI:** \_\_\_\_\_

## Palkokasvit

HERNE HÄRKÄPAPU KIKHERNE LINSSI KIDENYPAPU SOIJA




TUTUSTUIN ERI AISTEN

SÖIN ROHKEASTI

OSALLISTUIN HIENOSTI  
RUOKAHETKEEN

## Supersankarit

HERNESTI FABA KIK LI KID SOYA



**S**aavutukset voi merkitä ruutuihin leimalla, tarralla tai vaikka itse piirtämällä tai merkitsemällä.

Palkokasvit ovat kasvikunnan ”supersankareita”. Ne ovat ravitsevaa ja terveellistä ruokaa, jonka kasvattaminen tekee hyvää myös ympäristölle.

Palkokasvit parantavat maaperää ja ruokkivat pölyttäjiä. Ne ovat hyviä myös ilmastolle. Tutustumalla palkokasveihin ja syömällä enemmän palkokasviruokia teemme hyvää maapallolle!

Palkokasviruokat auttavat meitä elämään terveempinä. Ne ruokkivat suoliston hyviä mikrobeja, kasvattavat lihaksia ja auttavat aivoja ja verenkiertoa toimimaan.



# PAPUJEN OPETTELIJAN KORTTI

**NIMI:** \_\_\_\_\_

## Palkokasvit

**HERNE HÄRKÄPAPU KIKHERNE LINSSI KIDENYPAPU SOIJA**




 TUTUSTUIN ERI AISTEN

 SÖIN ROHKEASTI

 OSALLISTUIN HIENOSTI RUOKAHETKEEN

## Supersankarit

**HERNESTI FABA KIK LI KID SOYA**



**S**aavutukset voi merkitä ruutuihin leimalla, tarralla tai vaikka itse piirtämällä tai merkitsemällä.

Palkokasvit ovat kasvikunnan ”supersankareita”. Ne ovat ravitsevaa ja terveellistä ruokaa, jonka kasvattaminen tekee hyvää myös ympäristölle.

Palkokasvit parantavat maaperää ja ruokkivat pölyttäjiä. Ne ovat hyviä myös ilmastolle. Tutustumalla palkokasveihin ja syömällä enemmän palkokasviruokia teemme hyvää maapallolle!

Palkokasviruokat auttavat meitä elämään terveempinä. Ne ruokkivat suoliston hyviä mikrobeja, kasvattavat lihaksia ja auttavat aivoja ja verenkiertoa toimimaan.

