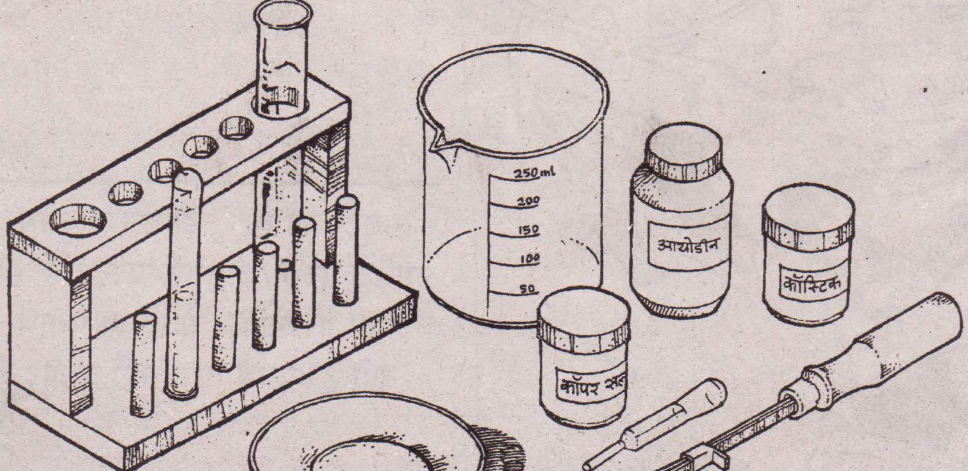
हमारा भोजन 7

खाना तो हम सब रोज ही खाते हैं। दिन में दो बार या तीन बार खाते हैं। यदि हम भोजन न करें तो क्या होगा?

यदि तुमने कभी उपवास किया हो तो बताओ कि एक दिन भूखे रहने पर क्या महसूस होता है? (1)
अनुमान से यह भी बताओ कि कई दिन भूखे रहना पड़े तो क्या–क्या होगा? (2)

ठीक से भोजन न मिले या भूखे रहना पड़े तो मनुष्य दुबला हो जाता है, उसमें क़ाम करने की ताकत नहीं रहेगी और वह बीमार भी पड़ सकता है।

मनुष्य के भोजन में बहुत अधिक विविधता होती है। कई लोग रोटी–दाल ज्यादा खाते हैं तो कई लोग चावल ज्यादा खाते हैं। किसी के खाने में मांस, मछली अधिक होती है तो किसी के खाने में