

Spanish Year 10, Term 4: Healthy Living

Food

I eat
 I don't eat
 I drink
 I don't drink
 I have
 I don't have
 Soup
 Sweets
 Cereal
 (cooked/ parma/Iberian) ham
 Cheese
 Bread
 Olive oil
 Butter
 Crisps
 Chips
 Milk
 Lemonade
 Water
 Eggs
 Ice cream
 Vegetables
 Fruit
 Cakes
 Fish
 Meat
 Pasta
 Junk/fast food
 Organic food
 A snack
 I have a healthy diet

Comida

Como
 No como
 Bebo
 No bebo
 Tomo
 No tomo
 La sopa
 Los caramelos / Dulces
 Los cereales
 El jamón (york/serrano/ibérico)
 El queso
 El pan
 El aceite de oliva
 La mantequilla
 Las patatas fritas (de bolsa)
 Las patatas fritas
 La leche
 La limonada
 El agua
 Los huevos
 El helado
 Las verduras
 La fruta
 Los pasteles /las tortas
 El pescado
 La carne
 La pasta
 Comida basura/ rápida
 Alimentos ecológicos
 La merienda /El tentempié
 Llevar una dieta saludable/sana

At the Market / café

Me gustaría/quisiera
 Cien gramos de
 Un kilogramo de
 Un paquete de
 Una caja de
 Quinientos gramos de
 Por favor
 Tomates
 Lechuga
 Plátanos
 Naranjas
 Manzanas
 Cerezas
 Uvas
 Peras
 Limones
 Fresas
 Piñas
 Sandía
 Frambuesas
 En el restaurante
 Para beber
 De primero
 De segundo
 De postre
 ¿Algo mas?
 ¿ Cuánto cuesta?

Meals

Breakfast
 To have breakfast
 A snack
 Lunch
 Dinner
 To have dinner

Al Mercado / al café

I'd like
 100 grams of
 1kg of
 A packet of
 A box of
 500g of
 Please
 Tomatoes
 Lettuce
 Bananas
 Oranges
 Apples
 Cherries
 Grapes
 Pears
 Lemons
 Strawberries
 Pineapples
 Watermelon
 Raspberries
 At the restaurant
 To drink
 For a starter
 For a main dish
 For dessert
 Anything else?
 How much is it?

Comidas

Desayuno
 Desayunar
 Le merienda/ el tentempié
 El almuerzo /La comida
 La cena
 Cenar

Key verbs

I eat
 I drink
 I have
 I used to eat
 I used to drink
 I used to have
 Se debe /no se debe
 To smoke cigarettes
 To drink alcohol
 To sleep for 8 hours
 a night
 To drink a litre of
 water a day
 To take drugs
 To get drunk
 To eat five portions
 of fruit
 To eat lots of sweets
 To reduce stress
 To be vegetarian
 To eat fast-food
 To have a lie-in
 To have self-
 confidence
 To be scared of
 To relax
 To stop
 To be sleepy
 To stay in good
 health
 To avoid
 To do 30 minutes of
 exercise each day
 To walk the dog
 More/less

Los verbos

Como
 Bebo
 Tomo
 Comía
 Bebía
 Tomaba
 You must/ you musn't
 Fumar cigarrillos
 Beber alcohol
 Dormir ocho horas por
 noche
 Beber un litro de agua al
 día
 Tomar drogas
 Emborracharse
 Comer cinco porciones de
 fruta
 Comer muchos dulces
 Reducir el estrés
 Ser vegetariano
 Comer comida rápida
 Levantarse tarde
 Tener confianza en uno
 mismo
 Tener miedo de
 Relajarse
 Parar de
 Tener sueño
 Mantenerse
 saludable/sano
 Evitar
 Hacer treinta minutos de
 ejercicio todos los días
 Pasear al perro
 Más /menos