

8. 平衡膳食能最大程度地满足人体的营养需要，保证健康。下列做法不符合平衡膳食的是（ ）

A. 不吃早餐，偏食挑食

B. 吃动平衡，健康体重

C. 规律进餐，适量饮水

D. 食物多样，合理搭配