

Los **alimentos** contienen **nutrientes** que nos **proporcionan energía**.

Marca las correctas

Lípidos y grasas

Se encuentra en el aceite, la mantequilla, la carne y los frutos secos

Ayuda a crecer y a renovar nuestro cuerpo

Proporcionan energía

Se encuentran en los cereales, las legumbres y la fruta

Proporcionan energía y protegen los órganos.

Se encuentran en el pescado, la carne, los huevos y la leche

Protege de enfermedades

Se encuentran en la fruta y la verdura