

QUÈ EN SAPS SOBRE...

Omple els espais buits amb les paraules que tens a sota.

L'APARELL DIGESTIU

- ✓ Una dieta equilibrada ens aporta elsnecessaris per estar sans.
- ✓ Laés el conjunt d'aliment que prenem durant un dia.
- ✓ Elsens protegeixen del fred i ens donen energia, però en excés perjudica la nostra salut.
- ✓ Elens ajuda en el creixement dels ossos, i lesens proporcionenper moure'ns.
- ✓ Laés necessària per al creixement dels ossos.
- ✓ El sucre, cereals i llegums ens donenper moure'ns i estudiar.
- ✓ És molt important menjar moltaper prevenir malalties.
- ✓ El peix, la carn i els ous són necessaris per al bon creixement dels

NUTRIENTS		FRUITA	LLEGUMS
FORMATGE	MÚSCULS		
DIETA	GREIXOS	LLET	ENERGIA

Aparell:

--	--	--	--	--	--	--	--