

REPASO DE LOS GRUPOS DE ALIMENTOS

GRUPO DE ALIMENTOS	FORMADORES	REGULADORES	ENERGÉTICOS
ALIMENTOS DEL GRUPO	DERIVADOS DE CARNES, PESCADOS, LECHE Y HUEVOS.	FRUTAS Y VERDURAS	DERIVADOS DE PASTAS, PAN, MASAS, DULCES...
NUTRIENTE FUNDAMENTAL	PROTEÍNAS	VITAMINAS, MINERALES Y FIBRA	GLÚCIDOS Y LÍPIDOS
FUNCIÓN	CONSTRUIR Y REPARAR ESTRUCTURAS	REGULAR PROCESOS DEL CUERPO	DAR ENERGÍA A NUESTRO DÍA A DÍA

1. ¿QUÉ COLOR PERTENECE A CADA GRUPO? Contesta en MAYÚSCULAS



AMARILLO:

VERDE:

ROJO:

1. ¿QUÉ FUNCIÓN PRINCIPAL TIENE CADA ALIMENTO? Arrastra el nombre debajo de cada dibujo. Contesta en MAYÚSCULAS

REGULADORES

FORMADORES

ENERGÉTICOS

			
			
			

2. ¿QUÉ NUTRIENTE PRINCIPAL TIENE CADA ALIMENTO? Arrastra el nombre debajo de cada dibujo. Contesta en MAYÚSCULAS

VITAMINAS, MINERALES Y FIBRA

PROTEÍNAS

GLÚCIDOS Y LÍPIDOS

			
	<p>MANTEQUILLA</p> 	 POTATES	 LENTEJAS
	 YOGUR		