

La nutrició i els nutrients (reforç)

Són aliments o nutrients?

Plàtan Vitamina C Cuixa de pollastre Macarrons Enciam
Greixos Oli d'oliva Sal de magnesi Suc de pinya

Aliments	Nutrients

Quins dels següents nutrients donen energia?

- Glúcids (sucre i hidrats)
- Sals minerals
- Lípids (greixos)
- Proteïnes
- Aigua
- Gasos (O_2 i CO_2)