

EMBUTIDO ★



Grasas



TOMATE ★



Hidratos
de carbono



ATÚN 



Proteínas



PASTA ★



Vitaminas
y sales minerales



2. ¿Son ciertas estas afirmaciones? Selecciona verdadero (V) o falso (F).

V	F	Se recomienda repartir los alimentos en cinco tomas a lo largo del día.
V	F	La dieta es el conjunto de todos los alimentos que toma una persona.
V	F	El aceite de girasol es la grasa principal de la dieta mediterránea.
V	F	La comida es mejor tomarla frita.
V	F	Las proteínas son muy importantes para la formación de los músculos.
V	F	Los pasteles tienen muchas vitaminas y sales minerales.
V	F	La pirámide de los alimentos se encuentra en Egipto.
V	F	El calcio es una de las vitaminas más importantes.
V	F	En la rueda de los alimentos se distinguen seis grupos.

