COLEGIO GERMÁN RIESCO – LA SERENA R.B.D: 528-2
COLO-COLO 902 FONO 512-561263 EMAIL: cgriesco@gmail.com

CORPORACION MUNICIPAL Gabriel González Videla La Serena

¿Todos los alimentos son saludables?

1.- Matías acostumbra a llevar de colación papas fritas, alfajores y bebidas gaseosas.

a).- ¿Consideras saludable la colación que consume Matías? ¿por qué?

_____

_____

b.- Para que mejore sus hábitos, alimentarios, ¿qué alimentos le sugerirías ingerir? Márcalos con una X.

- ☐ Chocolates.
- ☐ Hamburguesas.
- ☐ Jugos altos en azúcar.
- ☐ Agua.
- ☐ Barras de cereal.
- ☐ Frutas.
- ☐ Sándwiches de tomate.
- ☐ Yogures.

c.- Si Matías no cambia sus hábitos alimentarios, ¿qué podría ocurrir?

_____

_____

2.-Observa las comidas que Gabriela ingirió el día de ayer.

Desayuno: yogur con avena.
Colación: galletas de chocolate.
Almuerzo: lentejas con longaniza.
Colación: dos sopaipillas con kétchup.
Cena: pollo con papas fritas.

a. ¿Consideras que tuvo una alimentación equilibrada? ¿Por qué?

_____

_____

b. ¿Cómo podría mejorar Gabriela su alimentación?

_____

LIVEWORKSHEETS