

Ciencias Naturales

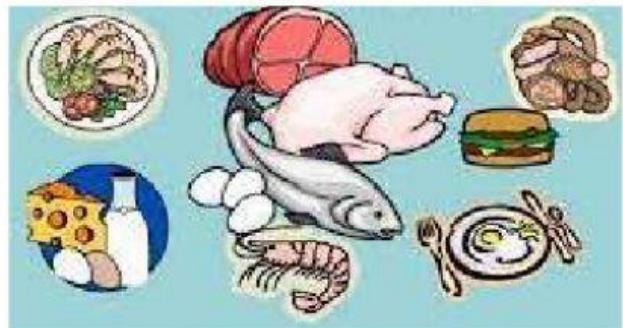
Valor nutritivo de los alimentos

I. Ordena los alimentos según su valor nutricional

Alimentos reguladores o protectores

Alimentos energéticos

Alimentos constructores



II Los alimentos según su valor nutricional se dividen en:

Protegen nuestro cuerpo de enfermedades y se encarga de que que funcionen correctamente.



Sirven para fortalecer los huesos, la piel, el cabello los músculos, ayudan al desarrollo del crecimiento..



Nos dan
energía física y
mentalmente
todo el dia



II Los alimentos según su valor nutricional se dividen en:

Alimentos constructores

Nos dan energía física y mentalmente todo el dia

Alimentos reguladores o protectores

Sirven para fortalecer los huesos, la piel, el cabello los músculos, ayudan al desarrollo del crecimiento..

Alimentos energéticos

Protegen nuestro cuerpo de enfermedades y se encarga de que que funcionen correctamente.