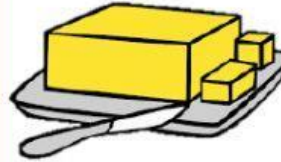


FICHA PRÁCTICA:
"Indagamos sobre los nutrientes de algunos alimentos"

1. Arrastra a cada nutriente con el alimento que corresponde.



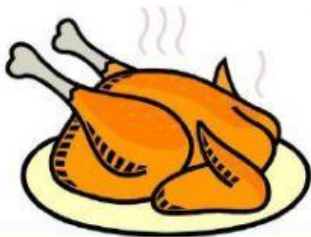
**Proteínas y
vitaminas**

**Proteínas y
grasas**

**Hidratos de
carbono**

**Vitaminas y
sales minerales**

2. Selecciona los nutrientes de estos alimentos.



3. Lee y selecciona la alternativa V, si el enunciado es verdadero, o F, si es falso.

Enunciado	Verdadero	Falso
Los alimentos nos proporcionan nutrientes.	V	F
Los nutrientes son malos para nuestra salud.	V	F
La medicina es un nutriente.	V	F
Las proteínas, vitamina, grasas, hidratos de carbono, azúcares y minerales son nutrientes.	V	F
Los nutrientes favorecen nuestra salud.	V	F
Cuando comemos grasa a través de la mantequilla nos sentimos débiles.	V	F
Las proteínas ayudan a fabricar y regenerar nuestros tejidos	V	F
Los hidratos de carbono nos ayudan a crecer	V	F