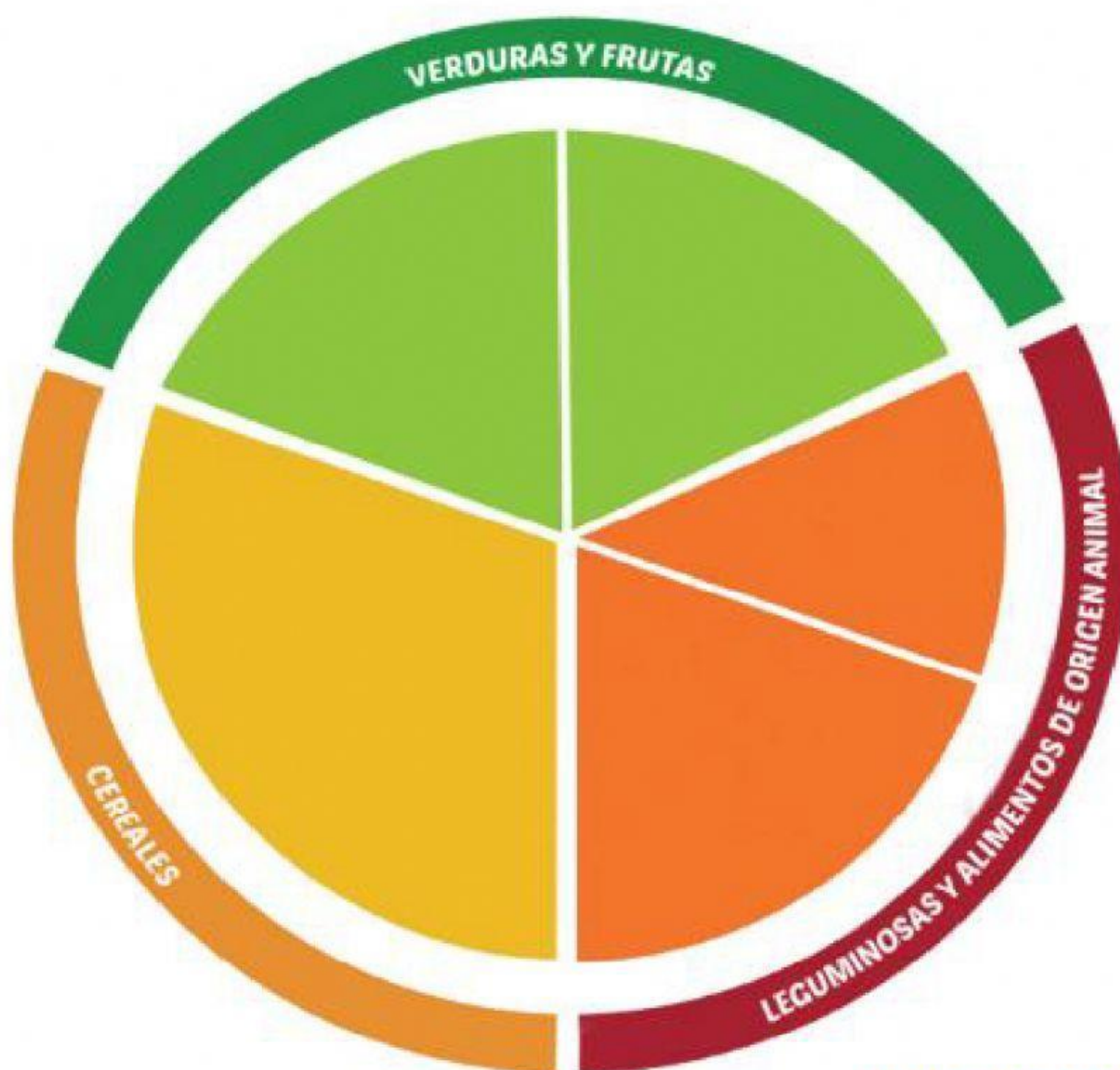
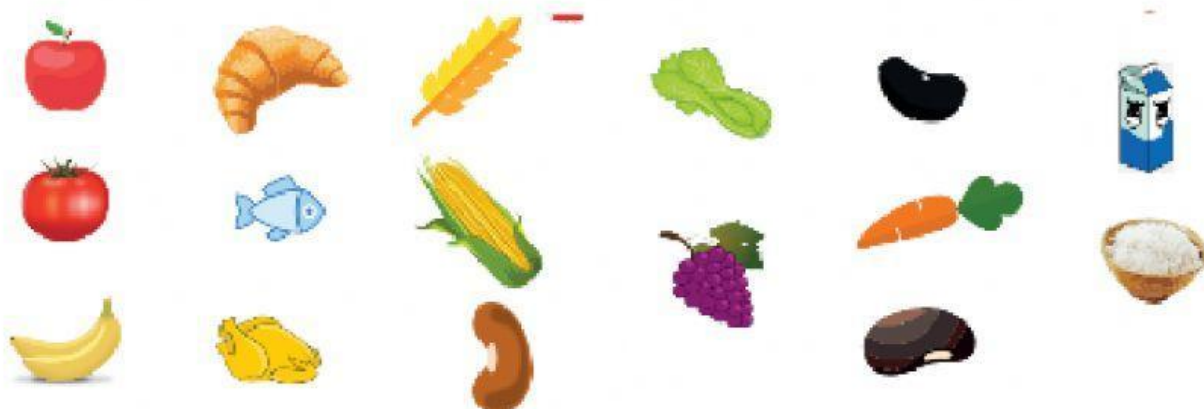


Elige los alimentos que corresponden a cada grupo del plato del bien comer.



# El plato del buen comer



Arrastra la imagen y el texto a los grupos correspondientes.

## PROTEINAS

Pegar aquí  
la foto

Pegar aquí  
el texto

## CARBOHIDRATOS

Pegar aquí  
la foto

Pegar aquí  
el texto

## GRASAS

Pegar aquí  
la foto

Pegar aquí  
el texto

## VITAMINAS Y MINERALES

Pegar aquí  
la foto

Pegar aquí  
el texto

[www.materialparamaestros.com](http://www.materialparamaestros.com)



Es recomendable  
no consumirlos  
en abundancia,  
se encuentran en  
aceites, ciertos  
vegetales, ciertas  
semillas como el  
cacahuete, etc.

Se encuentran en  
verduras y frutas,  
permiten mante-  
ner un crecimiento  
y desarrollo salu-  
dables.



Proporcionan  
energía y se  
encuentran  
principalmente  
en cereales como  
el maíz, arroz,  
avena y trigo.

Proviene de  
origen animal  
como la carne,  
huevos, etc.  
El organismo las  
utiliza para  
formar y reparar  
tejidos.