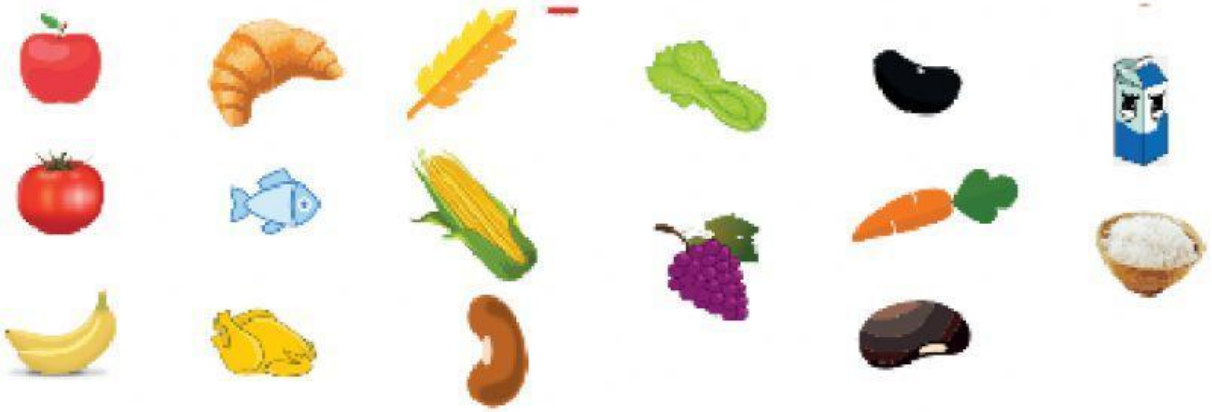
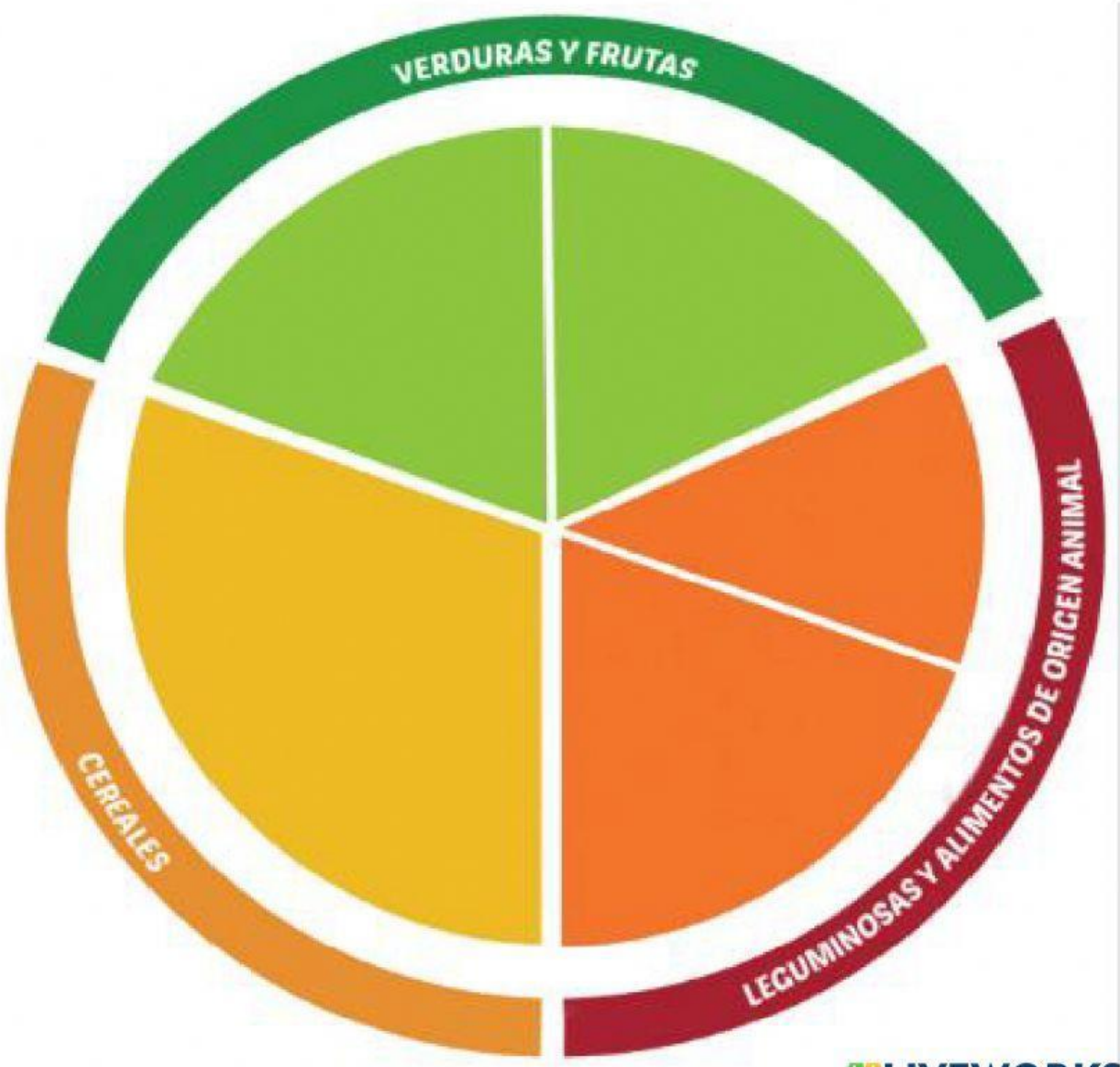
Elige los alimentos que corresponden a cada grupo del plato del bien comer.





LIVEWORKSHEETS

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





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

Se encuentran en verduras y frutas, permiten mantener un crecimiento y desarrollo saludables.





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

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

LIVEWORKSHEETS