Une cada nutrimento con lo que nos proporciona

Las utiliza el organismo para formar y repara tejidos, debemos consumir pocos.



Proporcionan energía, debemos consumir en suficiente cantidad.



Aportan energía, y es recomendable no consumirlos en abundancia.



Nos permiten mantener un crecimiento y un desarrollo saludable, se deben consumir en gran cantidad.



LIVEWORKSHEETS