LOS NUTRIENTES y la dieta.

¿Qué es una **dieta saludable**?

¿A qué llamamos **dieta equilibrada**?

entonces ….¿ Cómo tiene que ser una dieta? (escribe)

.....

¿Con qué tenemos que completar siempre la dieta?





¿Por qué es importante conocer **la rueda de los alimentos**?

¿Cuántos grupos de alimentos hay en la rueda?



¿De qué grupo de alimentos hay que tomar más cantidad?

¿Y de qué grupos hay que reducir los alimentos?

LIVEWORKSHEETS