

# L'alimentazione e l'apparato digerente

- 1 Osserva la foto e completa il testo. Prendi le parole che mancano tra quelle proposte

uguale	attività fisica	
maggiore	età	
	fabbisogno energetico	

Il ..... non è sempre ....., varia in base all'....., al sesso e all'attività svolta. Durante un' ..... intensa, il fabbisogno energetico è .....

- 2 Completa la tabella relativa ai sei principi nutritivi.

PRINCIPI NUTRITIVI	FUNZIONE	ESEMPI DI ALIMENTI
Proteine	.....	.....
Carboidrati	.....	.....
.....	energetica	.....
Vitamine	.....	.....
.....	.....	Frutta e verdura
.....	Fondamentale per la vita	Presente in ogni alimento

3 Completa inserendo i giusti termini come nell'esempio.

Bocca - intestino crasso - intestino tenue - retto  
Fegato - ghiandole salivari - pancreas - stomaco  
esofago

