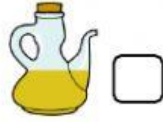


LOS ALIMENTOS Y SUS NUTRIENTES

1. ¿Cuál es el nutriente principal de estos alimentos? Une.

Lechuga ☐

☐ Lípidos



☐ Leche

Pollo ☐

☐ Aceite

Mantequilla ☐

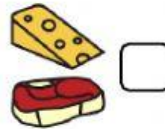
☐ Glúcidos



☐ Mandarina

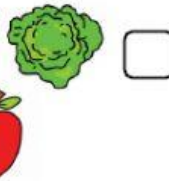
Pan ☐

☐ Proteínas



☐ Macarrones

☐ Sales minerales y
vitaminas



2. Marca V o F en estas oraciones.

- La rueda de los alimentos se divide en 5 grupos.
- Hay que repartir los alimentos en 5 comidas al día.
- Es bueno comer alimentos frescos y no procesados.
- Podemos comer productos caducados.
- Beber agua y hacer ejercicio habitualmente es muy importante para la salud.
- La dieta es la cantidad y tipo de alimentos que toma una persona habitualmente.
- En la dieta equilibrada solo hay que comer glúcidos y proteínas.

Autor pictogramas: Sergio Palao. Origen: ARASAAC (<http://www.arasaac.org>) . Licencia: CC (BY-NC-SA) . Propiedad: Gobierno de Aragón (España)

