LOS NUTRIENTES Y LOS ALIMENTOS

¿A qué llamamos nutrientes?

¿Cuáles son los principales nutrientes?

¿Qué proporcionan los hidratos de carbono?

Pon ejemplos de lípidos.

¿Para qué son imprescindibles las proteínas?

¿Cuáles son los nutrientes que regulan el funcionamiento general del organismo?

¿Qué contiene el agua?

Según los nutrientes que contienen ¿los alimentos se clasifican en?

¿Qué contienen los alimentos energéticos?¿Cuáles son?

¿Qué contienen los alimentos constructivos? ¿Cuáles son?

LIVEWORKSHEETS

¿Qué contienen los alimentos reguladores?

¿Cuáles son?

¿Qué es la dieta?

¿A qué llamamos dieta saludable?

¿Para qué sirve la rueda de alimentos?

¿Qué indica el color del grupo de la rueda de alimentos?

¿Qué nos indica el tamaño en la rueda de los alimentos?

¿Qué indica que un alimento esté más al borde de la rueda?

¿Cuántos grupos hay en la rueda de los alimentos?

Completa:

El grupo I incluye

Son alimentos ricos en

El grupo II incluye

Son alimentos ricos en

LIVEWORKSHEETS

El grupo III incluye

Son alimentos ricos en

El grupo IV incluye

Son alimentos ricos en

Grupo V incluye

Son alimentos ricos en

Grupo VI incluye

Son alimentos

LIVEWORKSHEETS