NATURALES 5º

Tema 4. LA NUTRICIÓN

Resumen LOS NUTRIENTES

LOS NUTRIENTES.

Los _____ son las sustancias _____ que contienen los _____ y que nos proporcionan _____ y nos sirven como materiales.

LOS TIPOS DE NUTRIENTES.

Los principales _____ de nutrientes son: las _____, los hidratos de _____, las proteínas, las _____ y los minerales.

▶ LAS GRASAS.

Las _____ nos aportan mucha _____.

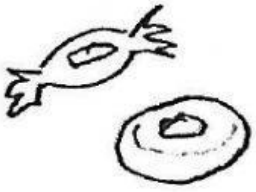
Según su origen, las grasas las obtenemos de dos maneras diferentes:



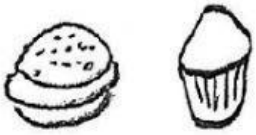
- Las grasas de origen _____, por ejemplo, la mantequilla.
- Las grasas de _____ vegetal, por ejemplo, el aceite de _____.



Otros _____ que contienen grasas son: el _____, el chocolate, los _____, las hamburguesas o las _____.







LIVEWORKSHEETS