VIDA SALUDABLE

Aprendizaje Esperado: Aprendizaje Esperado: Argumenta la importancia del consumo diario de alimentos de los tres grupos representados en el plato del bien comer y de agua simple potable para el crecimiento y el buen funcionamiento del cuerpo.

Instrucciones: Coloca en los recuadros el nombre de cada grupo con su alimento y la cantidad necesaria.



Instrucciones: Arrastra cada alimento al grupo donde corresponda.



Relaciona el grupo de alimentos con sus ejemplos

Verduras Lentejas, Garbanzos, frijol, Abas etc.

Leguminosas Lechuga, Zanahoria, Brócoli, Jitomate, etc.

Frutas Fresa, Manzana, Mango, Uvas, Durazno, etc.

Alimentos de Origen Animal Pescado, Pollo, Res, Puerco, Queso, Leche, etc.

Cereales Arroz, Linaza, Maíz, Trigo, Pan, granola, etc Elaboro: Promotores de Salud

Elaboro: Promotores de Salud María Isabel Acosta Aldana María Teresa Robles Hernández María Guadalupe Ángeles Paez Marco Antonio Urbina Romero



