Nombre: _____ Fecha: _____

FICHA 8: La alimentación

- Completa con palabras que has aprendido:



T__n__r

__n__rg____



Cr__c__r

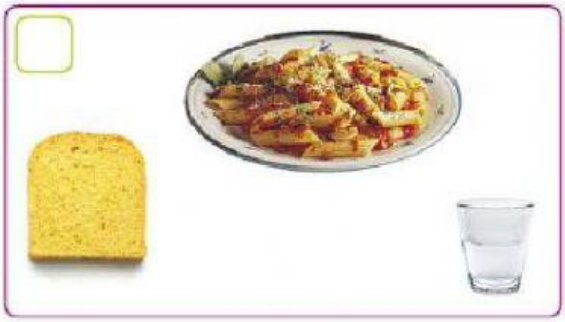
s__n__s



__st__r

f__rt__s

- Señala cuál de estas comidas es más saludable y equilibrada:









Jesús PT
LIVEWORKSHEETS

- Señala o rodea el cubierto o los cubiertos que usarías para comer cada plato:






- Completa con la palabra correcta:
  - Para estar fuertes y sanos debemos comer un menú _____ y _____.
  - Hay que beber _____ en todas las comidas y con frecuencia durante el día.
  - Debemos realizar ___ comidas al día.
  - La comida más importante del día es el _____, para enfrentar el día con energía.
  - No debemos abusar de las _____ ni de la comida _____.
  - No olvides que debemos cuidar nuestra alimentación para tener _____ y crecer sanos y _____.

Jesús PT
LIVEWORKSHEETS