



Desayuno



Tentempié



Almuerzo



Merienda



Cena

Completa:

Nuestro cuerpo necesita las sustancias nutritivas que los alimentos aportan.
Por eso, recuerda: ¡cinco comidas al día nos ayudan a funcionar mejor!

El _____ al levantarnos, un _____ a
media mañana, el _____ al mediodía, la
_____ por la tarde y la _____ por la
noche.