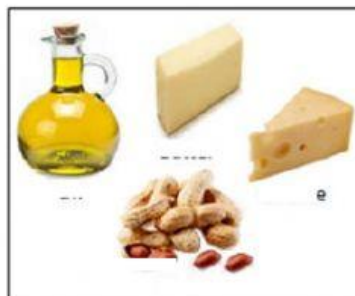


# OS NUTRIENTES E OS ALIMENTOS

1- COMBINE OS ALIMENTO COM O SEU NUTRIENTE, LIGANDO-OS .



CARBOIDRATOS

LIPÍDEOS

PROTEÍNAS

VITAMINAS E  
SAIS MINERAIS



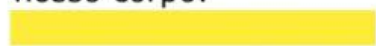
2-ESCOLHA O NUTRIENTE CORRETO QUE PREENCHE A DEFINIÇÃO



Nos ajuda permanecer saudáveis



Nos ajuda a crescer.Ele faz nosso cabelo crescer e repara nosso corpo.



Fornece energia extra para quando precisamos



Fornece energia para correr, caminhar e estudar

3- defina em que grupo se encontra os alimentos a seguir:



construtores - reguladores - energéticos

### 3.1 Classifique os alimentos enumerando-os.

## 1-carboidratos



## 2-lipídeos



### 3-proteínas



## 4-vitaminas e sais minerais

**4- Faça um pequeno texto sobre o que você entendeu deste conteúdo**

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.