

OS NUTRIENTES

1. Selecciona o nome do nutriente e despois une co seu alimento.

Son a fonte principal de enerxía. A proporcionan de forma máis rápida ca outros.



Proporcionan enerxía, pero de forma máis lenta.



Proporcionan materiais necesarios para medrar e reparar os tecidos.



Regulan moitos procesos do organismo para que funcione de forma correcta.



É o compoñente principal do noso corpo. Axuda a transportar os nutrientes ás células e tamén á eliminación de refugos.

