



INSTITUCIÓN EDUCATIVA “NAHIM ISAÍAS BARQUET”

DOCENTE: Lic. Verónica Armas
AÑO EGB: Cuarto

LOS ALIMENTOS SEGÚN SU FUNCIÓN

1. Escribe los grupos de alimentos según su función

2. Une con líneas los alimentos según el grupo que corresponda

ALIMENTOS ENERGÉTICOS



**ALIMENTOS PROTECTORES
O REGULADORES**



ALIMENTOS CONSTRUCTORES



3. Completa ¿Qué proporciona cada grupo de alimentos?

a) Energéticos nos proporcionan _____

b) Constructores sirven para construir y reparar los _____

c) Protectores regulan el buen funcionamiento del _____

4. Relaciona los alimentos según sus nutrientes.

**ALIMENTOS
PROTECTORES O
REGULADORES**

nutrientes: carbohidratos
y grasas.

**ALIMENTOS
ENERGÉTICOS**

nutrientes: proteínas,

**ALIMENTOS
CONSTRUCTORES**

nutrientes:
vitaminas, minerales.