ALIMENTACIÓN SALUDABLE

1) Une con flechas para formar hábitos de vida saludables.

Hay que beber	todos los nutrientes.
Todos los días debemos comer	ejercicio físico.
Después de comer debemos	8 horas diarias.
No debemos abusar de	frutas y verduras
Nuestra dieta debe contener	los alimentos dulces
Debemos dormir	lavarnos los dientes.
Es importante realizar	2 litros de agua al día

2) Indica si estas afirmaciones son verdaderas o falsas

A) La dieta mediterránea es típica de los países del norte de Europa

VERDADERO FALSO

B) En la dieta mediterránea se consume mucha carne roja.

VERDADERO FALSO

C) El aceite de oliva es la fuente principal de grasa en la dieta mediterránea.

VERDADERO FALSO

D) Si sigo una dieta mediterránea comeré muchos alimentos de origen vegetal.

VERDADERO FALSO

E) En la dieta mediterránea se consume moderadamente huevos y lácteos.

VERDADERO FALSO

LIVEWORKSHEETS