

DESAYUNO SALUDABLE

1. En las siguientes imágenes hay diferentes opciones de desayuno. ¿Sabrías decir cuál es el más saludable?

El desayuno más saludable es el

1



2



3



4



2. Completa la tabla indicando el tipo de nutriente que presenta cada desayuno.

DESAYUNO	GRASAS SALUDABLES	PROTEÍNAS DE CALIDAD	FIBRA	CEREALES SALUDABLES
	NO <input type="checkbox"/> SÍ <input type="checkbox"/> Alimento: <input type="text"/>			
	NO <input type="checkbox"/> SÍ <input type="checkbox"/> Alimento: <input type="text"/>			
	NO <input type="checkbox"/> SÍ <input type="checkbox"/> Alimento: <input type="text"/>			
	NO <input type="checkbox"/> SÍ <input type="checkbox"/> Alimento: <input type="text"/>			
	NO <input type="checkbox"/> SÍ <input type="checkbox"/> Alimento: <input type="text"/>			