



NOMBRES:

“Detectives de la leche: descubrimos sus derivados y aprendemos a cuidarlos”

Completa los 10 retos y comprueba tus respuestas.

Reto 1. Detectives de los derivados

Selecciona todos los productos que se elaboran a partir de la leche, **colocando una X**.

- ☐ Queso
- ☐ Yogur natural
- ☐ Jugo de naranja
- ☐ Mantequilla
- ☐ Aceite de oliva
- ☐ Leche condensada

Reto 2. ¿Qué producto soy?

Soy un alimento elaborado con leche fermentada. Puedo ser natural y se suele comer con cuchara. ¿Quién soy? **Escribe la letra de la respuesta.**

- A. Queso
- B. Yogur
- C. Mantequilla



Reto 3. Relacionamos beneficios

Relaciona cada nutriente presente en muchos productos lácteos con su principal función.

Calcio

Proteínas

Energía

Reto 4. Una lonchera saludable

Lucía quiere llevar un alimento lácteo que aporte calcio y tenga poco azúcar añadido. ¿Cuál sería una buena elección?

- A. Yogur natural sin azúcar añadido.
- B. Postre lácteo muy azucarado.
- C. Caramelos de leche.



Reto 5. ¿Dónde lo guardamos?

Un yogur refrigerado, un queso fresco y una caja de leche sin abrir indican distintas formas de conservación. Relaciónalos.

Yogur refrigerado

Queso fresco

Leche cerrada

Reto 6. El error de Pedro

Pedro dejó su yogur refrigerado sobre una mesa durante toda la mañana. ¿Qué decisión es la más segura?

- A. Comerlo porque huele bien.
- B. Volver a enfriarlo y comerlo.
- C. No consumirlo y avisar a un adulto.



Reto 7. Verdadero o falso

La leche que no necesita refrigeración antes de abrirse debe guardarse en la refrigeradora después de abrirla, según su etiqueta.

A. Verdadero



B. Falso



Reto 8. Descubrimos el alimento diferente

¿Cuál de estos alimentos NO es un derivado de la leche?

A. Queso fresco

B. Yogur natural

C. Bebida de soya

D. Mantequilla



Reto 9. Elegimos prácticas seguras

Selecciona todas las acciones correctas antes de consumir un producto lácteo.

[] Lavarse las manos.

[] Revisar el vencimiento.

[] Consumirlo si tiene moho.

[] Comprobar su conservación.

[] Beber leche cruda sin hervir ni pasteurizar.

Reto 10. Resolvemos un problema

Ana compró queso fresco a las 9 de la mañana. Al llegar a casa, ¿qué debe hacer para conservarlo de manera segura?

A. Dejarlo cerca de la ventana.

B. Guardarlo pronto en la refrigeradora.

C. Dejarlo en la mochila hasta mañana.

