

Propósito

Describe el valor nutritivo de los alimentos oriundos del Perú.

Los alimentos

1. Completa el texto con las siguientes palabras :

Nutrientes enfermedades energía alimentos crezca salud

Nuestro cuerpo necesita para obtener de ellos las sustancias nutritivas o.....que requiere.

Algunos nutrientes nos proporcionan materiales para que nuestro cuerpo otros nos ayudan a mantener la..... y a defendernos dey otros nos aportan Para realizar nuestras funciones vitales.

2. Marca los alimentos que son ricos en proteínas



3. Coloca falso o verdadero en:

Los alimentos ricos en proteínas ayudan a nuestro cuerpo a crecer sanos y fuertes.....()
 Los alimentos ricos en proteínas ayudan a nuestro cuerpo a reparar celular y sanar heridas.....()
 Las defensas de nuestro cuerpo depende de la alimentación que tenemos.()
 Las carnes son alimentos ricos en proteínas.()
 Las personas que se alimentos consumiendo todos tipo de alimetos en cantidades adecuadas estan bien nutridas. ()
 El consumo de alimentos chatarra ayudan a nuestro cuerpo a enfermarnos más rápido..... ()

