

Los alimentos según su función

1.- Une con unas líneas los alimentos según el grupo que corresponda:

Alimentos energéticos



Alimentos protectores



Alimentos constructores



2.- ¿Qué proporciona cada grupo de alimentos? Arrastra y ancla la respuesta correcta donde corresponda:

a) Energéticos nos aportan: _____

b) Formadores nos ayudan a: _____

c) Protectores nos protegen de las: _____

enfermedades

energía

crecer

3.- Relaciona los alimentos según lo que contienen:

Alimentos energéticos

vitaminas y minerales

Alimentos protectores

proteínas y minerales

Alimentos formadores

azúcares y grasas