

A circular diagram divided into four quadrants, each representing a different food group. The top-left quadrant (yellow background) shows grains like bread, rice, and pasta, along with a cartoon character. The top-right quadrant (orange background) shows proteins like meat, fish, and eggs, along with a cartoon character. The bottom-left quadrant (green background) shows vegetables like broccoli, carrots, and tomatoes, along with a cartoon character. The bottom-right quadrant (red background) shows fruits like apples, bananas, and grapes, along with a cartoon character.

EMBUTIDO ★



Grasas



TOMATE



Hidratos
de carbono



ATÚN



Proteínas



PASTA



Vitaminas
y sales minerales



V	F	Se recomienda repartir los alimentos en cinco tomas a lo largo del día.
V	F	La dieta es el conjunto de todos los alimentos que toma una persona.
V	F	El aceite de girasol es la grasa principal de la dieta mediterránea.
V	F	La comida es mejor tomarla frita.
V	F	Las proteínas son muy importantes para la formación de los músculos.
V	F	Los pasteles tienen muchas vitaminas y sales minerales.
V	F	La pirámide de los alimentos se encuentra en Egipto.
V	F	El calcio es una de las vitaminas más importantes.
V	F	En la rueda de los alimentos se distinguen seis grupos.

