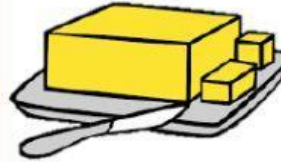


**FICHA PRÁCTICA:**  
**"Indagamos sobre los nutrientes de algunos alimentos"**

1. Arrastra a cada nutriente con el alimento que corresponde.



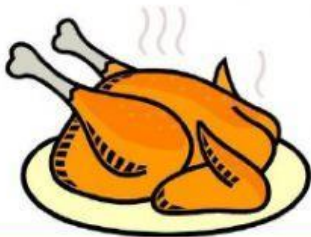
**Proteínas y  
vitaminas**

**Proteínas y  
grasas**

**Hidratos de  
carbono**

**Vitaminas y  
sales minerales**

2. Selecciona los nutrientes de estos alimentos.



3. Lee y selecciona la alternativa V, si el enunciado es verdadero, o F, si es falso.

| Enunciado                                                                                  | Verdadero | Falso |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------|
| Los alimentos nos proporcionan nutrientes.                                                 | V         | F     |
| Los nutrientes son malos para nuestra salud.                                               | V         | F     |
| La medicina es un nutriente.                                                               | V         | F     |
| Las proteínas, vitamina, grasas, hidratos de carbono, azúcares y minerales son nutrientes. | V         | F     |
| Los nutrientes favorecen nuestra salud.                                                    | V         | F     |
| Cuando comemos grasa a través de la mantequilla nos sentimos débiles.                      | V         | F     |
| Las <b>proteínas</b> ayudan a fabricar y regenerar nuestros tejidos                        | V         | F     |
| Los hidratos de carbono nos ayudan a crecer                                                | V         | F     |