



# CIENCIA Y TECNOLOGÍA

## LOS ALIMENTOS Y SUS NUTRIENTES



1. Lee la información luego relaciona cada alimento solo con un nutriente que contiene:



FIBRA  
DIETETICA

papa



RIBOFLAVINA

maíz



OMEGA 3

charqui



ALTO EN  
PROTEINAS

Anchoveta



RICO EN  
CARBOHIDRATO

Quinua