



# CIENCIA Y TECNOLOGÍA

## LOS ALIMENTOS Y SUS NUTRIENTES



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



papa

FIBRA  
DIETETICA



maíz

RIBOFLAVINA



charqui

OMEGA 3



Anchoveta

ALTO EN  
PROTEINAS



Quinua

RICO EN  
CARBOHIDRATO