LOS ALIMENTOS Y NUTRIENTES

Toca el rectángulo para ver el video

Después, repasa lo que has escuchado en este resumen:

Los alimentos están formados por distintos tipos de nutrientes.



Las proteínas nos ayudan a crecer y a reparar nuestro cuerpo.



Los hidratos de carbono y las grasas proporcionan energía a nuestro cuerpo.



Las vitaminas y los minerales hacen que el cuerpo funcione de manera correcta.

Fíjate en los nutrientes que contienen estos alimentos.



Y, ahora, comprueba qué has aprendido con estos ejercicios.

1. Arrastra cada nutriente al alimento que lo contiene:









PROTEÍNAS | VITAMINAS | HIDRATOS DE CARBONO | GRASAS

LIVEWORKSHEETS

2. Arrastra el cartel de cada nutriente al alimento que lo contiene.

















VITAMINAS

PROTEINAS

HIDRATOS DE CARBONO

GRASAS

VITAMINAS

PROTEINAS

HIDRATOS DE CARBONO

GRASAS

LIVEWORKSHEETS

3. Marca lo que realizan en nuestro cuerpo los nutrientes de estos alimentos:

















LIVEWORKSHEETS