C.E.P. "SAGRADO CORAZÓN MICHEL"
Panamericana Norte Km 193 - Barranca
Telf. 235 41 61

1821 - 2021
HERMANOS DEL SAGRADO CORAZÓN

# LOS ALIMENTOS Y NUTRIENTES

**Pincha aquí para escuchar la explicación** ⟶

**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 LIVEWORKSHEETS

C.E.P. "SAGRADO CORAZÓN MICHEL"
Panamericana Norte Km 193 - Barranca
Telf. 235 41 61

1821 - 2021
HERMANOS DEL
SAGRADO CORAZÓN

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

LIVEWORKSHEETS

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


















LIVEWORKSHEETS