



ACTIVIDAD EN CLASES

NOMBRE:

FECHA:

1. ESCRIBA LA DEFINICIÓN DE ALIMENTACIÓN

2. REALIZAR UNA LISTA Y CLASIFÍCALOS EN ENERGÉTICOS,
CONSTRUCTORES Y REGULADORES.

3. RESOLVER LA SIGUIENTE PREGUNTA.

JUAN SE VA COMER EN UN BUFET Y ENCUENTRA GRAN VARIEDAD DE ALIMENTOS, EN EL ESTABLECIMIENTO LE PERMITEN ELABORAR TRES PLATOS. SEGÚN EL LISTADO ELABORE UNA COMIDA SALUDABLE Y EQUILIBRADA Y EXPLICA POR QUÉ HAS ELEGIDO CADA UNO DE LOS PLATOS.

MENÚ

- | | |
|--------------------------|-----------------------|
| a. Carne | .Agua |
| b. Pescado | m. Ensalada de frutas |
| c. Huevos | n. Pollo |
| d. Legumbres | o. Papas fritas |
| e. Coca cola | p. Papas cocinadas |
| f. Pasteles | q. Pan |
| g. Donas | r. Frutos secos |
| h. Lasaña | s. Pasta |
| i. Arroz | t. Queso natural |
| j. Ensalada de zanahoria | u. Vegetales |
| k. Leche | v. Jugo de frutas |