

LOS ALIMENTOS

1. Completa la frase.

Los alimentos están formados por sustancias más sencillas llamadas

2. Pon cada alimento con su nutriente.

	Proteínas	Vitaminas y minerales	Grasas	Hidratos de carbono
				

3. Une el nutriente con la función que cumple.

Proteína

Nos proporcionan energía

Vitaminas y minerales

Nos ayudan a evitar enfermedades

Grasas e hidratos
de carbono

Nos aportan lo necesario para crecer
y reparar las zonas que se desgastan

3. Pon 4 ejemplos de alimentos que tengan la proteína señalada.

Proteína

Grasas

Hidratos de
carbono