

Clasificación de alimentos

Clasifica los alimentos que **PODEMOS COMER TODOS LOS DÍAS** y cuales **NO DEBEMOS COMER TODOS LOS DÍAS**.

Arroz, o pasta, o patata, o pan	
Legumbres, frutos secos	
Quesos que son curados y patés.	
Fruta fresca.	
Verduras y hortalizas	
Snacks salados (papas, doritos, gusanitos)	
Carne, pescado o huevo	
Chucherías.	
Leche o yogur o queso	
Bollería industrial y dulces.	
Refrescos azucarados.	
Aceite o mantequilla	
Agua, infusiones, café.	
Alcohol.	