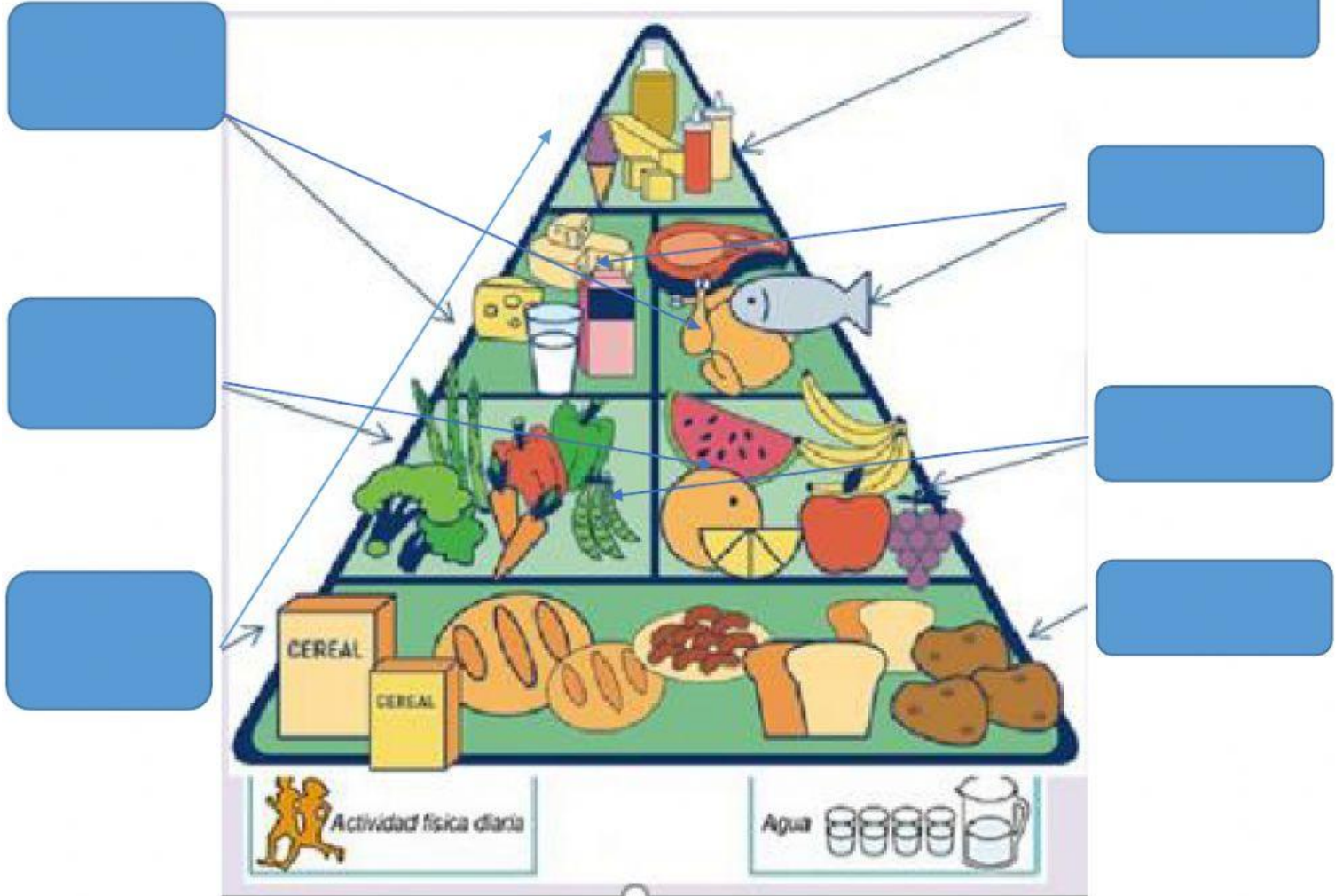


PIRÁMIDE DE ALIMENTOS

1.- COLOCA CADA NOMBRE EN SU SITIO

FUNCIÓN



ENERGÉTICOS

PROTEÍNAS

HIDRATOS DE CARBONO

CONSTRUCTIVOS

VITAMINAS, FIBRAS Y SALES MINERALES

REGULADORES

GRASAS

2.- COLOCA CADA ALIMENTO DONDE CORRESPONDA



Energéticos ricos en hidratos de carbono	Energéticos ricos en lípidos	Constructivos	Reguladores

3.- UNE LOS NUTRIENTES CON LOS ALIMENTOS CORRESPONDIENTES

Grasas	★	★	Pasta, cereales, arroz, patatas...
Hidratos de carbono	★	★	Frutas y verduras
Proteínas	★	★	Mantequillas, aceites, embutidos...
Vitaminas y sales minerales	★	★	Carnes, huevos, pescados, lácteos...